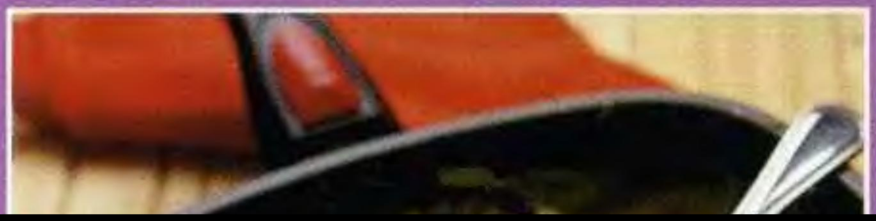
ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№18 (116) сентябрь 2008 http://www.kodges.ru журнал для тех, кто любит готовить



www.zanussi.ru

Устраивайтесь поудобнее!
Пусть встраиваемая техника Zanussi
сделает всю сложную работу за Вас.

Газовая варочная поверхность Zanussi с тройной зоной пламени, холодильник с системой Frost Free*, духовой шкаф и вытяжка в дизайне Square Premium**, посудомоечная машина с автоматическими программами. Действуя сообща, они сохранят так много времени и сил, что кухня станет для Вас местом отдыха.

на правах рекламы

* Без инея
** Сквеар Премиум

ЖИЗНЬ В УДОВОЛЬСТВИЕ. ДОКАЗАНО ZANUSSI

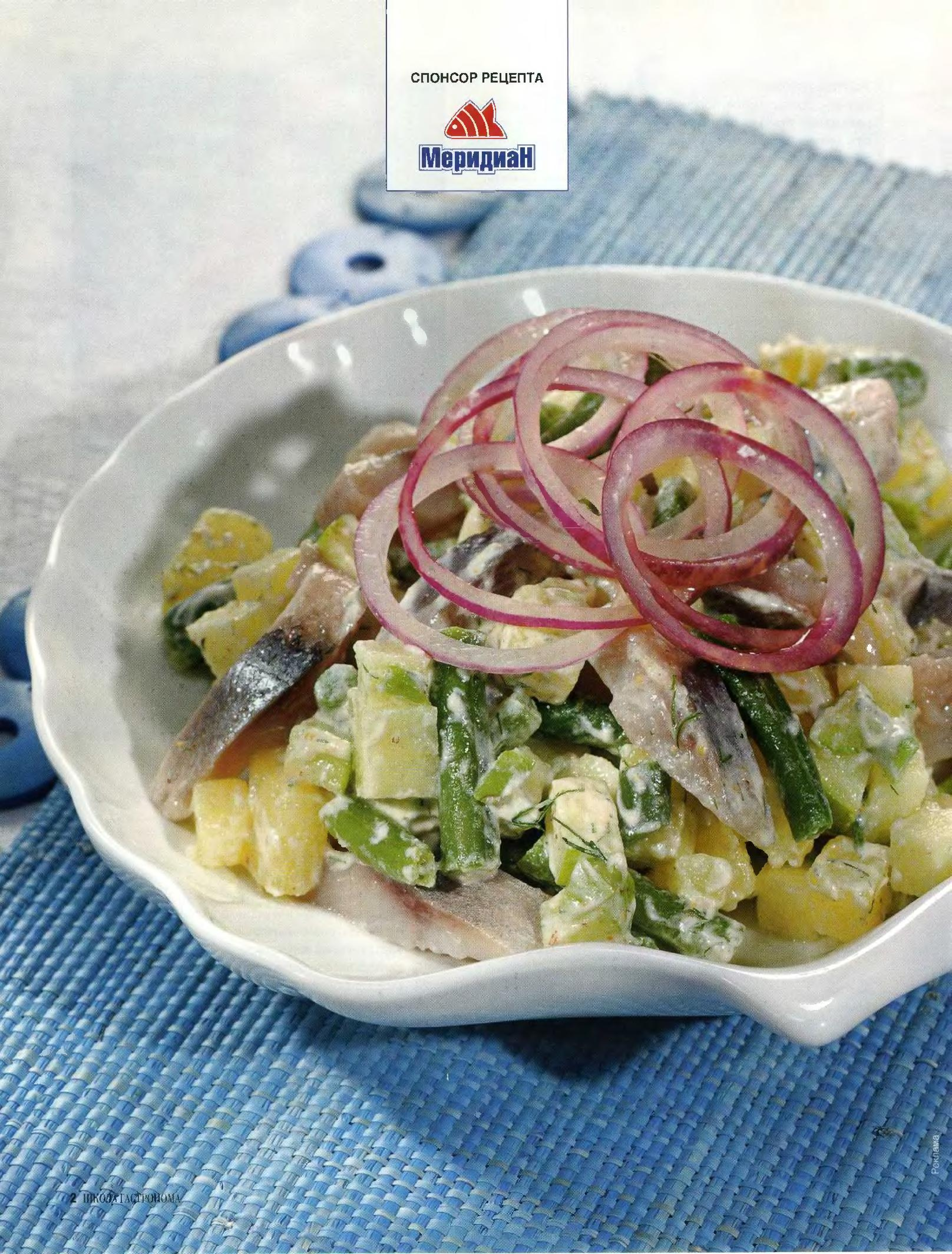
Дорогие друзья!

Осень – пора заготовок. Конечно, сейчас в магазинах чего только не продают. Но никогда покупные консервы не сравнятся по вкусу с домашними соленьями и маринадами. Для тех, кто это знает, сообщаем – в продаже уже появилась новая книга «Гастронома» «Про заготовки». В ней вы найдете как традиционные рецепты, так и весьма неожиданные, но очень вкусные.

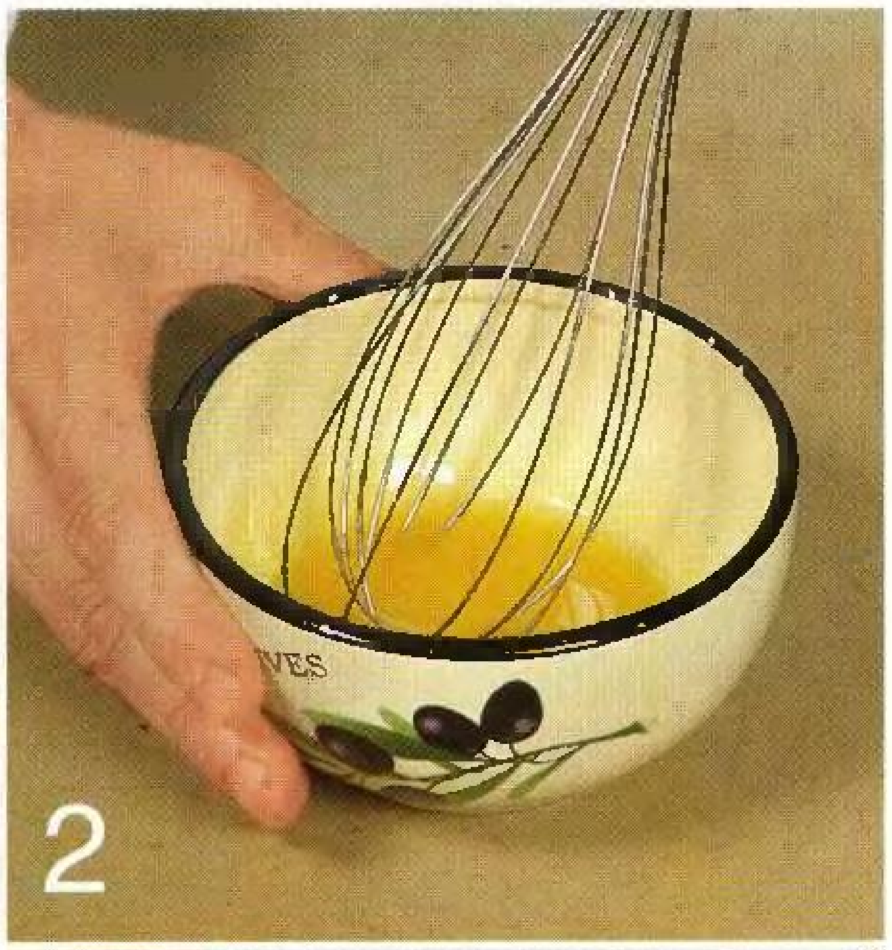
Вы, конечно, помните о конкурсе блюд для микроволновой печи, который мы проводим совместно с компанией Samsung. Победители получат ЖК-телевизор, холодильник и комплект встраиваемой техники Samsung. Более подробно об условиях конкурса читайте в «Школе гастронома» № 16.

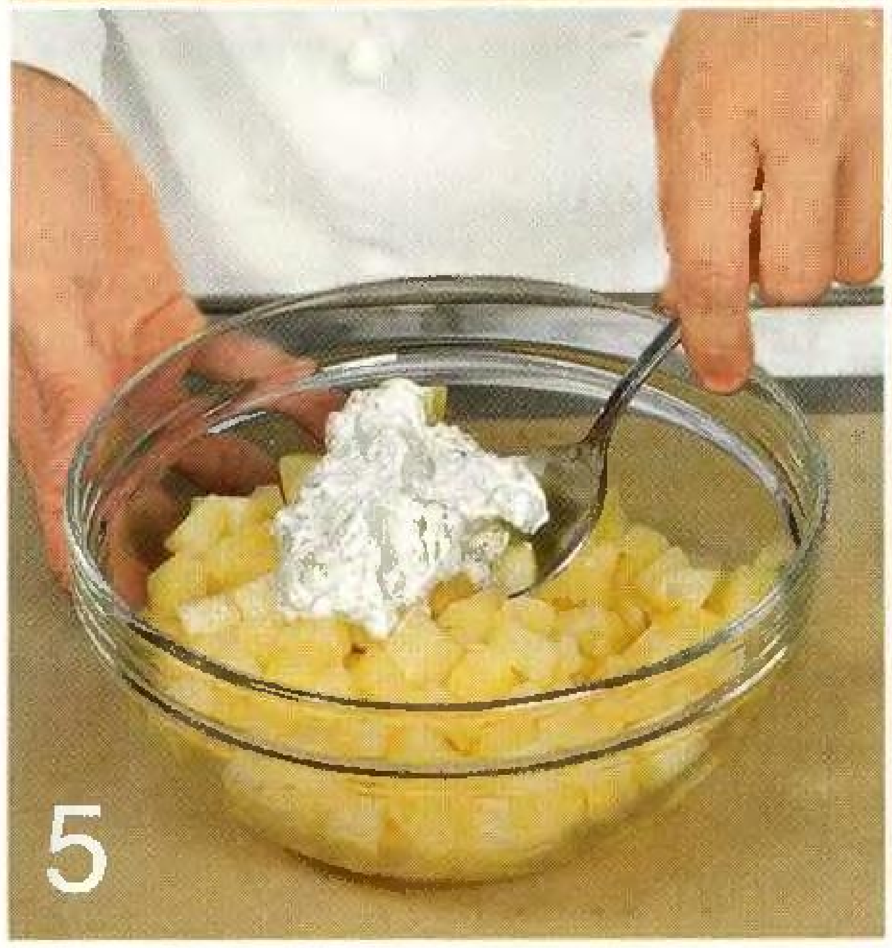
Желаем удачи.

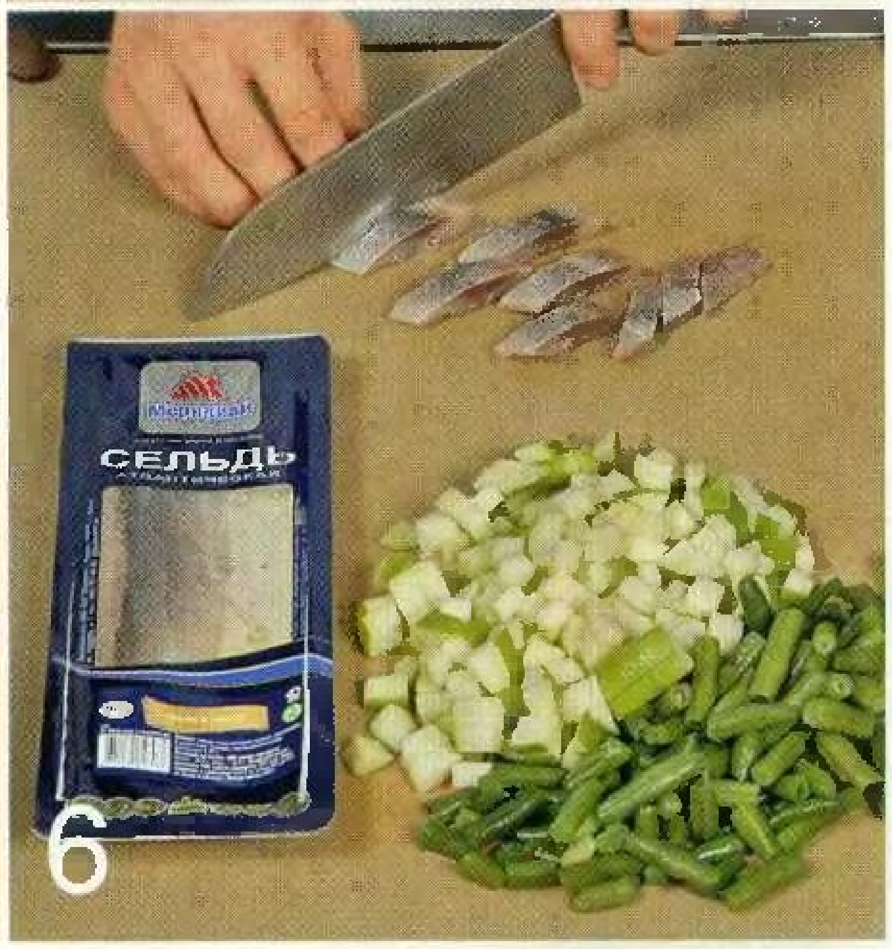
Ваша редакция


СПОНСОР РЕЦЕПТА
Меридиан
Реклама

картофельный салат с сельдью







ЧТО НУЖНО:

- **2** филе сельди **«Меридиан»**
- **2** большие картофелины
- **1** большая красная луковица
- **1** большое яблоко
- **100 г** свежемороженой зеленой фасоли
- **1 ст. л.** растительного масла
- **0,5 ст. л.** уксуса
- **0,5 ст. л.** сахара
- щепотка соли
- **0,5** стакана сливок жирностью 9%
- **4 ст. л.** йогурта
- **1 ч. л.** горчицы
- **1** пучок укропа
- **1** лимон

Время подготовки: 1 час
Время приготовления: 15 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 258,6 ккал,
белки – 16,1 г, жиры – 14,2 г, углеводы – 15,7 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Картофель вымыть и отварить в мундире до готовности. Дать остыть, очистить от кожуры и нарезать кубиками со стороной примерно 1 см.

2 Взбить в миске венчиком растительное масло с уксусом, сахаром и солью.

3 Лук очистить, нарезать тонкими кольцами. Положить кольца лука в маринад, перемешать, накрыть и оставить на 1 ч при комнатной температуре.

4 Приготовить заправку. Укроп вымыть и измельчить. Из половины лимона выжать сок. Сливки взбить венчиком с соком лимона, йогуртом и горчицей. Добавить измельченный укроп, перемешать.

5 Картофель выложить в миску и перемешать с половиной получившейся заправки. Дать постоять 10 мин.

6 Яблоко вымыть и нарезать кубиками, удалив сердцевину. Фасоль разморозить и промыть холодной водой, обсушить. Филе сельди нарезать кусочками. Добавить в картофель замаринованный лук, сельдь, яблоко и фасоль, перемешать и выложить в салатницу. Полить оставшейся заправкой.

КСТАТИ

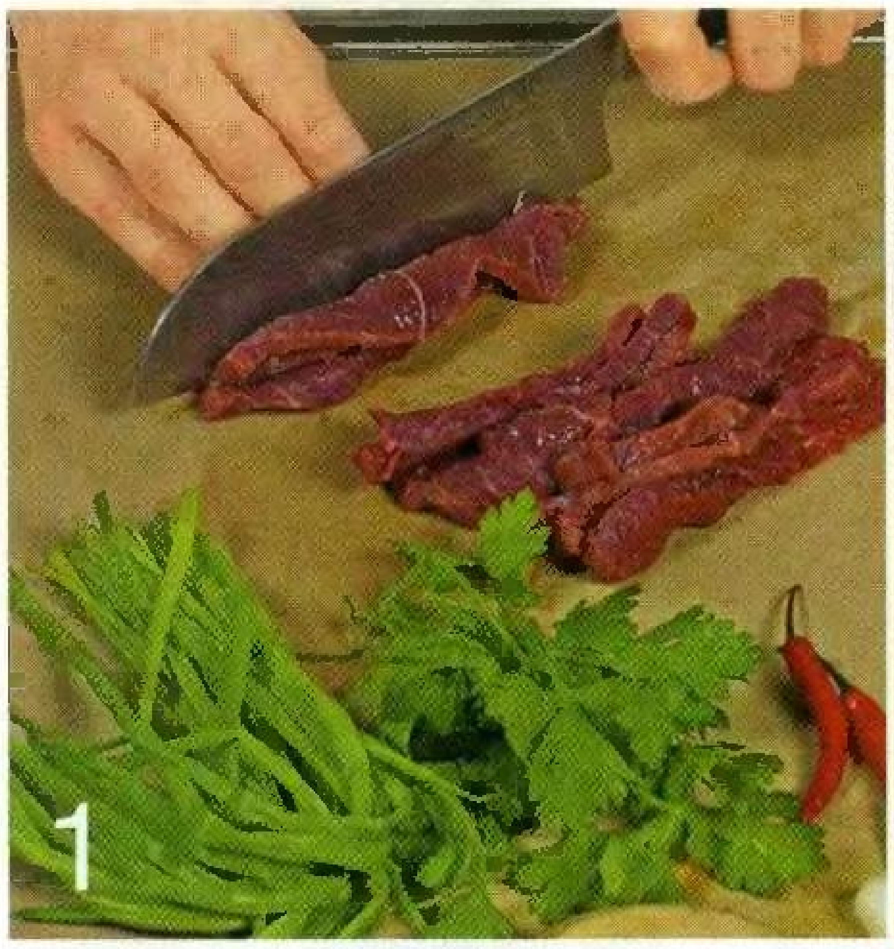
Сельдь – великолепный источник витаминов А, Д и B_{12}. Она богата необходимыми для здоровья жирными кислотами омега-3. По мнению врачей, эти кислоты должны обязательно присутствовать в рационе людей, которые борются с лишним весом или стараются вести здоровый образ жизни.

САЛАТЫ

хрустящий салат с говядиной

ЧТО НУЖНО:

- **500 г** говяжьей вырезки
- **2** красных перца чили
- • пучок зеленого лука
- **200 г** ростков сои
- • пучок кинзы
- • кочан листового салата
- **2** лайма
- **2 ч. л.** растительного масла
- **6 ст. л.** оливкового масла
- • соль, перец



Время приготовления: 15 мин.
Порций: 8
В 1 порции: 337,9 ккал,
белки – 18,8 г, жиры – 26,7 г, углеводы – 6,0 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Мясо нарезать тонкими полосками. Перцы очистить от семян, измельчить. Лук и кинзу вымыть, измельчить. Растительное масло разогреть на сковороде, обжарить на сильном огне говядину вместе с чили и ростками сои, 4 мин. Снять с огня, дать остыть.

2 Листья салата нарвать руками. В большой миске смешать салат, лук и кинзу.

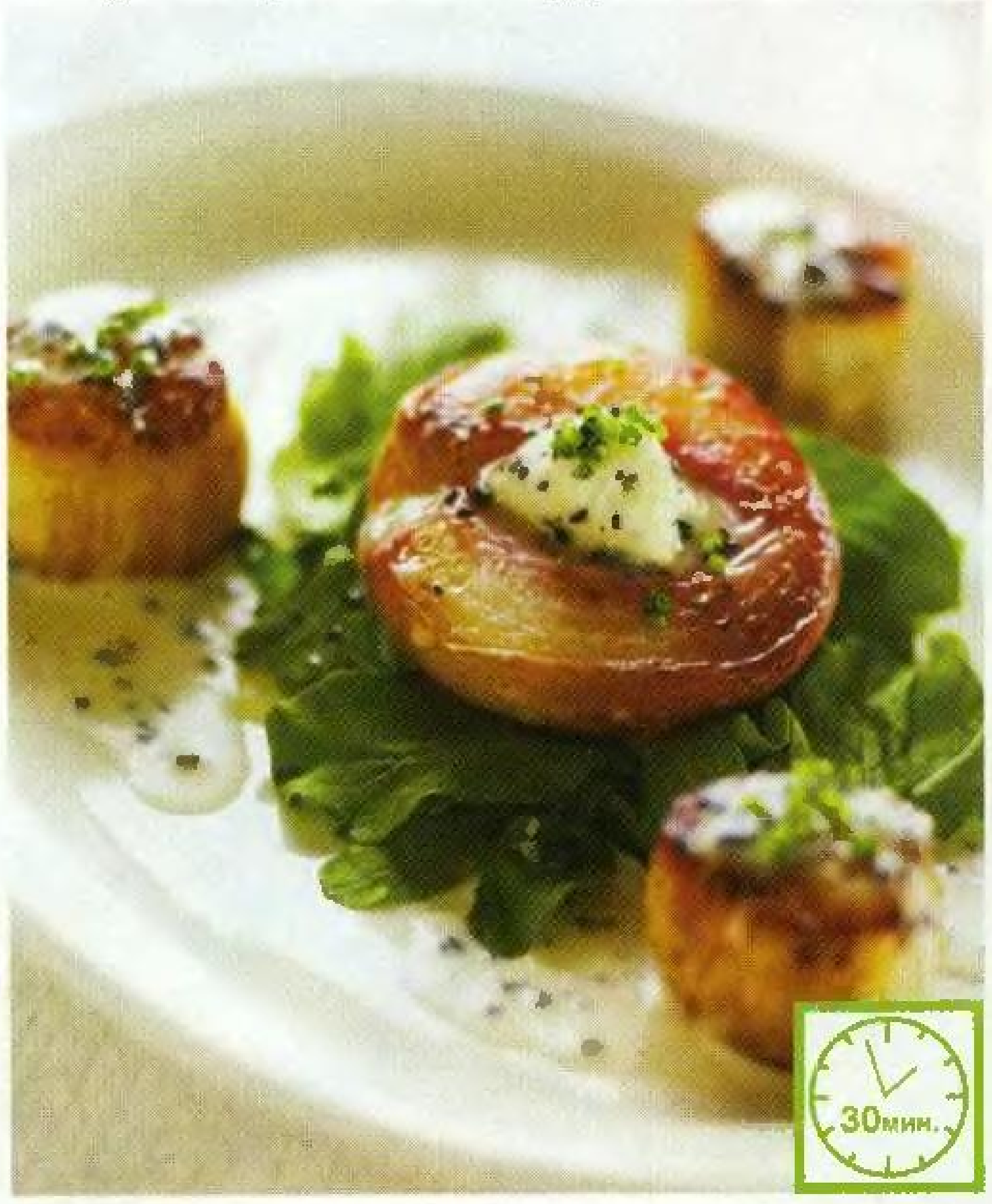
3 С лаймов снять теркой цедру, выжать сок. Смешать цедру с соком и оливковым маслом, приправить солью и перцем. Добавить к салату обжаренную говядину. Полить заправкой.

Майонез Calve подчеркнет вкус Ваших любимых блюд, а его консистенция идеально подойдет ко всему, чтобы вы ни готовили. Об этом знают многие потребители, которые не только охотно готовят свои любимые блюда вместе с Calve, но и делятся своими рецептами на сайте www.calve.ru!

Фаршированное ассорти

Рецепт, присланный победителем кулинарного конкурса от Calve

Самойлова Анастасия Андреевна, г. Зарайск, МО.



- ***Шампиньоны – 2-3 шт.***
- ***Куриное филе – 250 г***
- ***Цукини – 1 шт.***
- ***Помидоры – 2 шт.***
- ***Болгарский перец – 2 шт.***
- ***Майонез Кальве – 2 ст. л.***
- ***Сыр – 50 г***
- ***Зелень***
- ***Растительное масло***

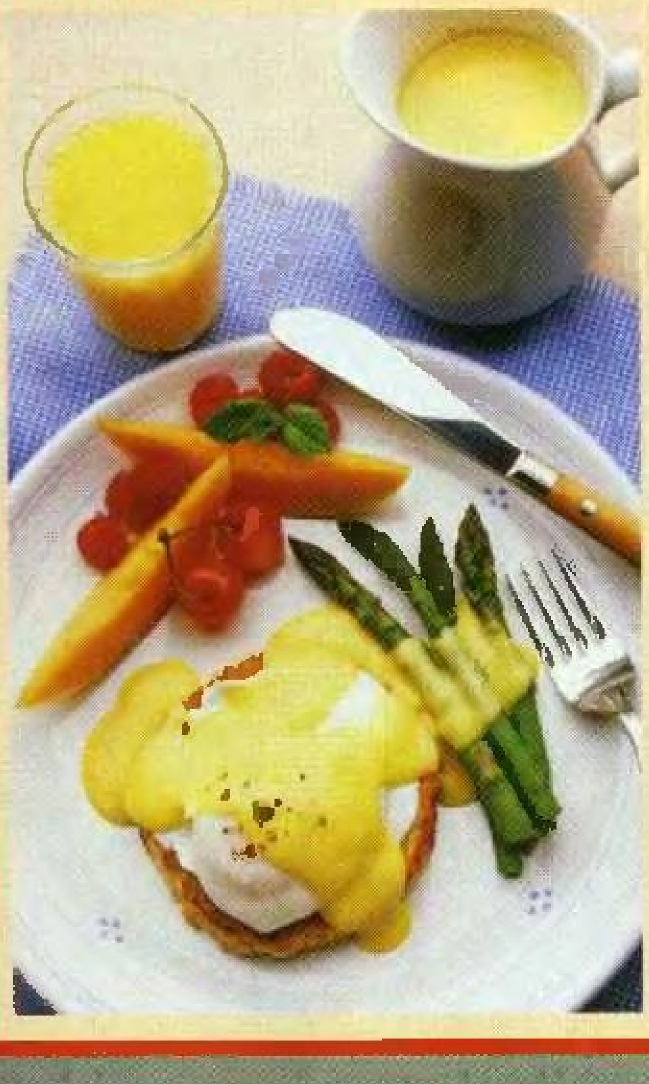
■ Шампиньоны промыть, отрезать у них "ножки", из перца аккуратно вырезать семена, а из помидоров – мякоть, у цукини срезать от краев по 4 см и удалить мякоть. Подготовленные (очищенные от внутренностей) овощи и грибы обдать кипятком и отложить в сторону.

■ Оставшуюся мякоть от овощей и ножки грибов мелко порезать. Куриное филе мелко порубить или пропустить через мясорубку. Куриное филе и мякоть от овощей хорошо перемешать, слегка обжарить на растительном масле и посолить. Добавить к курино-овощному фаршу 2 ст. л. майонеза Calve и жарить на сковородке еще 30 секунд.

■ Наполнить подготовленные овощи и грибы курино-овощным фаршем, сверху посыпать тертым сыром. Получившееся блюдо запекать в духовом шкафу 5 минут при температуре 180°С.

■ Подавать в горячем виде, посыпав сверху зеленью.

В приготовлении любого блюда таится множество секретов, которыми поделились с нами участники прошедшего конкурса "Подчеркните настоящий вкус" от Calve.



1. Печенка становится очень вкусной, если, прежде чем жарить, подержать ее 1-2 часа в молоке. Во время жаренья ее не следует протыкать вилкой. Солить печенку следует перед самым концом жаренья.

2. Для украшения многих блюд отлично подойдет майонез Calve: в сочетании с кетчупом или томатной пастой он даст приятный нежно-розовый оттенок, а смешав майонез с соком петрушки либо добавив в него мелко измельченные листья шпината, можно добиться светло-зеленого оттенка.

3. Чтобы равномерно смазать растительным маслом противень, возьмите половинку очищенного картофеля, наколите его на вилку, обмакните в масло и смажьте противень.

Качественные ингредиенты.

Настоящий вкус.

Для приготовления майонеза Calve мы используем только качественные ингредиенты.

Реклама

Calvé когда вкусно по-настоящему!

мексиканский суп из индейки

ЧТО НУЖНО:

500 г	филе индейки
1	луковица
1	зубчик чеснока
2	стебля черешкового сельдерея
1	красный сладкий перец
2	больших помидора
1	небольшой кабачок
150 г	консервированной кукурузы
400 г	белой консервированной фасоли
2 ст. л.	растительного масла
•	по щепотке молотого кориандра и кумина
0,5 ч. л.	молотого чили
•	соль, черный перец

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 8
В 1 порции: 336,7 ккал,
белки – 24,9 г, жиры – 16,3 г, углеводы – 22,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Филе индейки вымыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками, измельчить с помощью мясорубки или в комбайне.

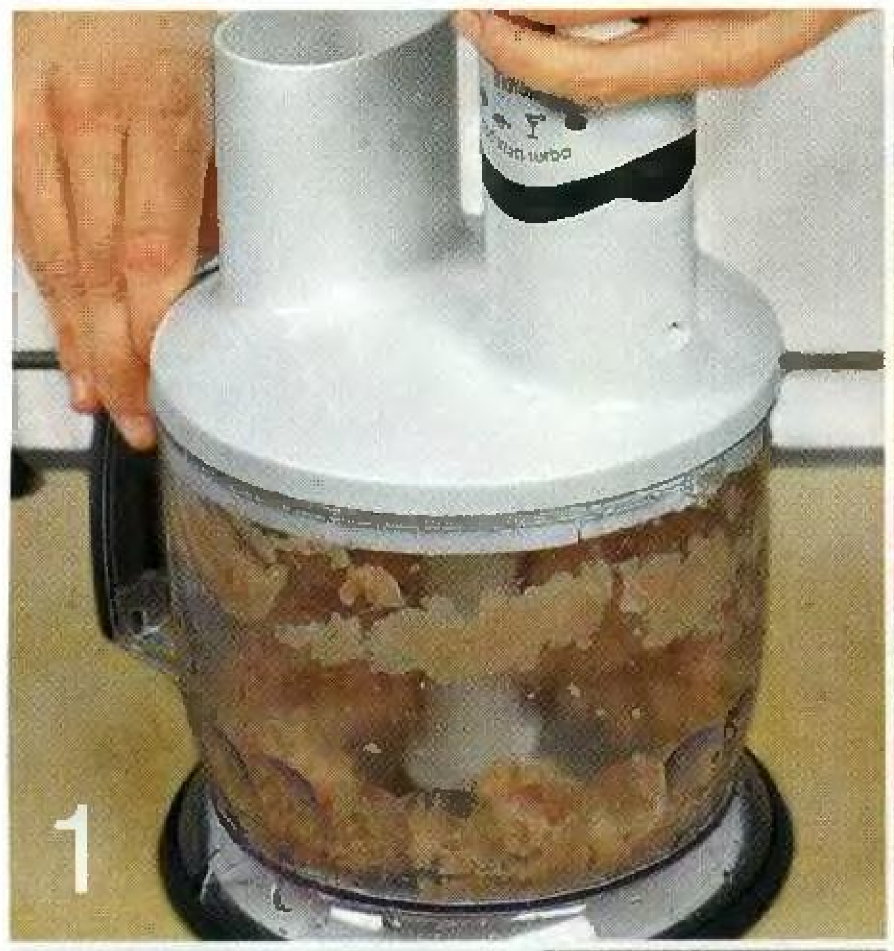
2 Лук и чеснок очистить, измельчить. Сельдерей и помидоры вымыть. С кабачка снять кожицу. Перец вымыть, разрезать на 4 части и удалить сердцевину. Нарезать все овощи небольшими кубиками.

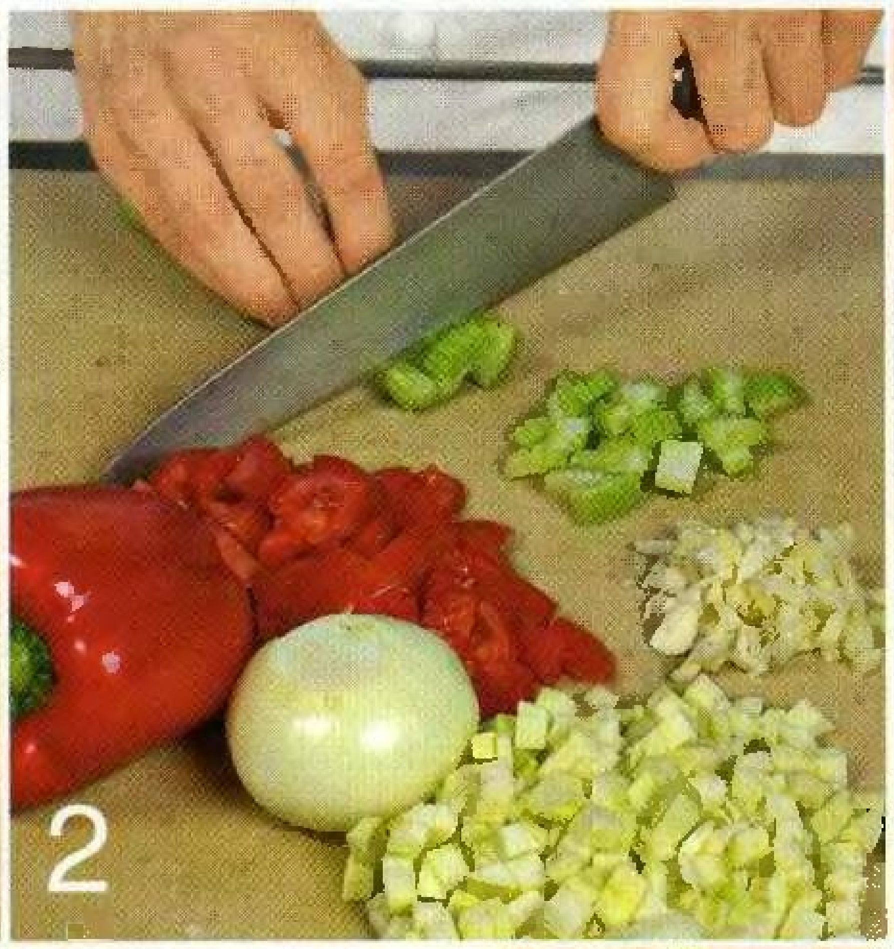
3 В большой кастрюле разогреть растительное масло, обжарить лук и чеснок, 4 мин. Добавить фарш из индейки и готовить, разминая комки вилкой, 5 мин.

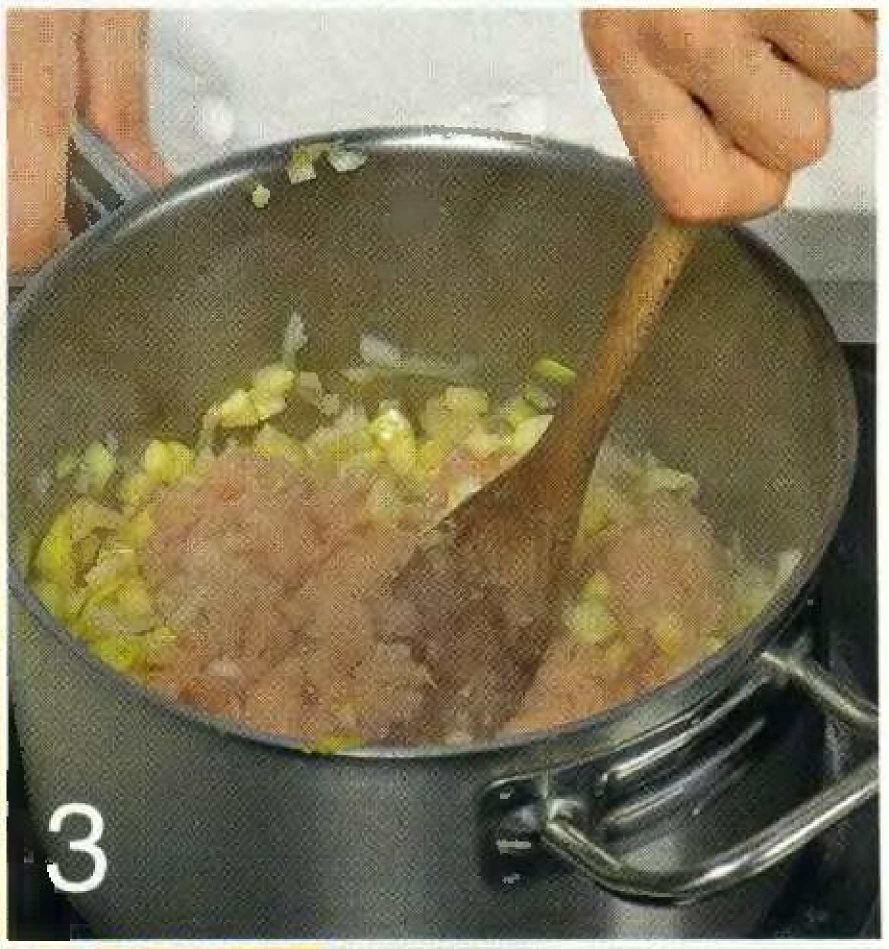
4 Уменьшить огонь до среднего, добавить сельдерей и сладкий перец. Перемешать и готовить 2 мин.
Влить 1 л воды, добавить помидоры, кориандр, кумин и чили. Довести до кипения, уменьшить огонь и варить под крышкой 20 мин.

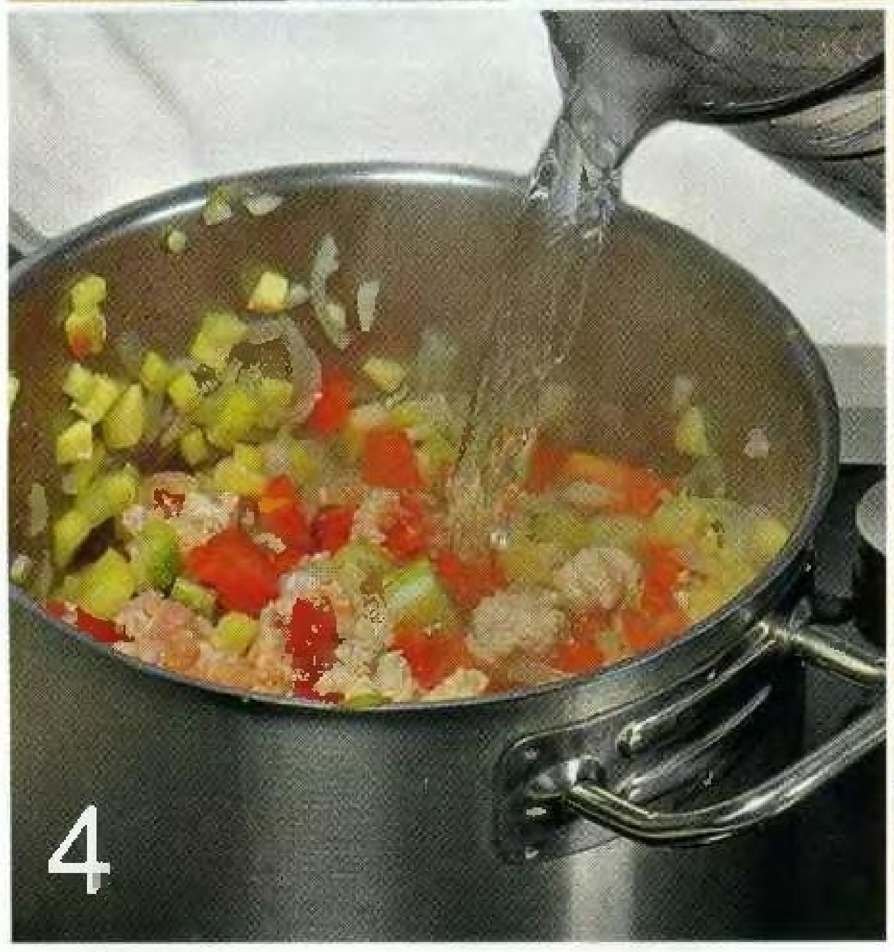
5 Фасоль откинуть на дуршлаг, промыть теплой водой.

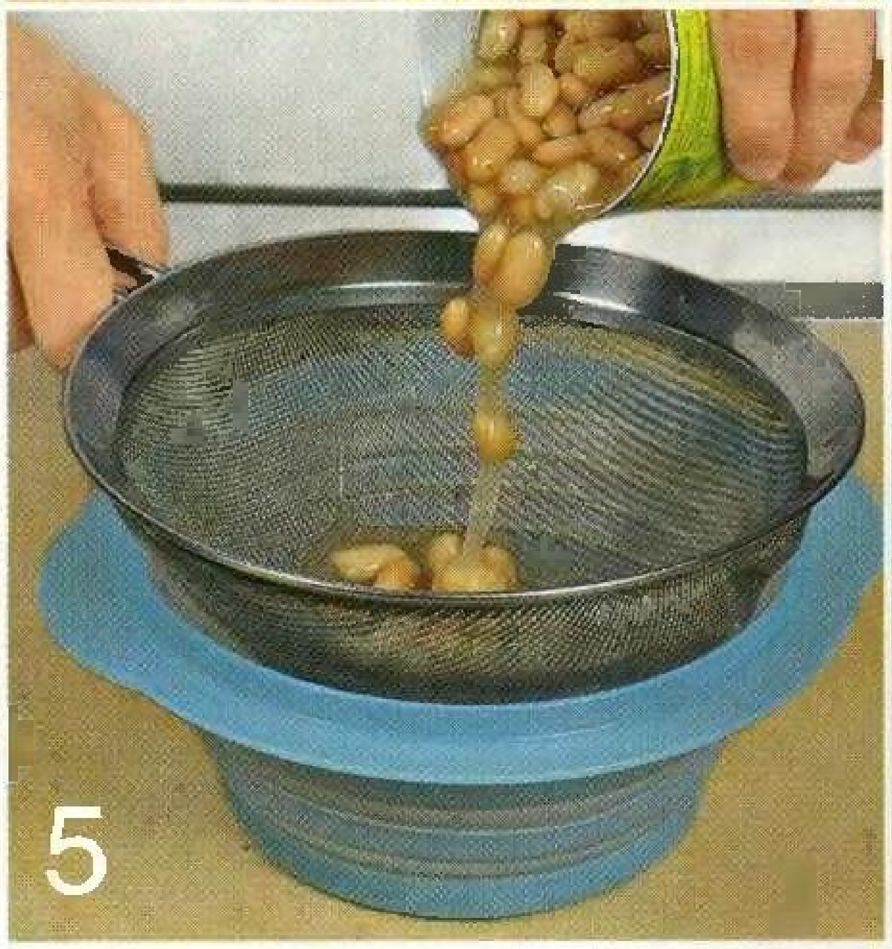
6 Добавить в суп кабачок, кукурузу и фасоль, перемешать. Снова довести до кипения и варить на небольшом огне под неплотно накрытой крышкой еще 10 мин.
При подаче можно присыпать измельченной зеленью петрушки и кинзы.

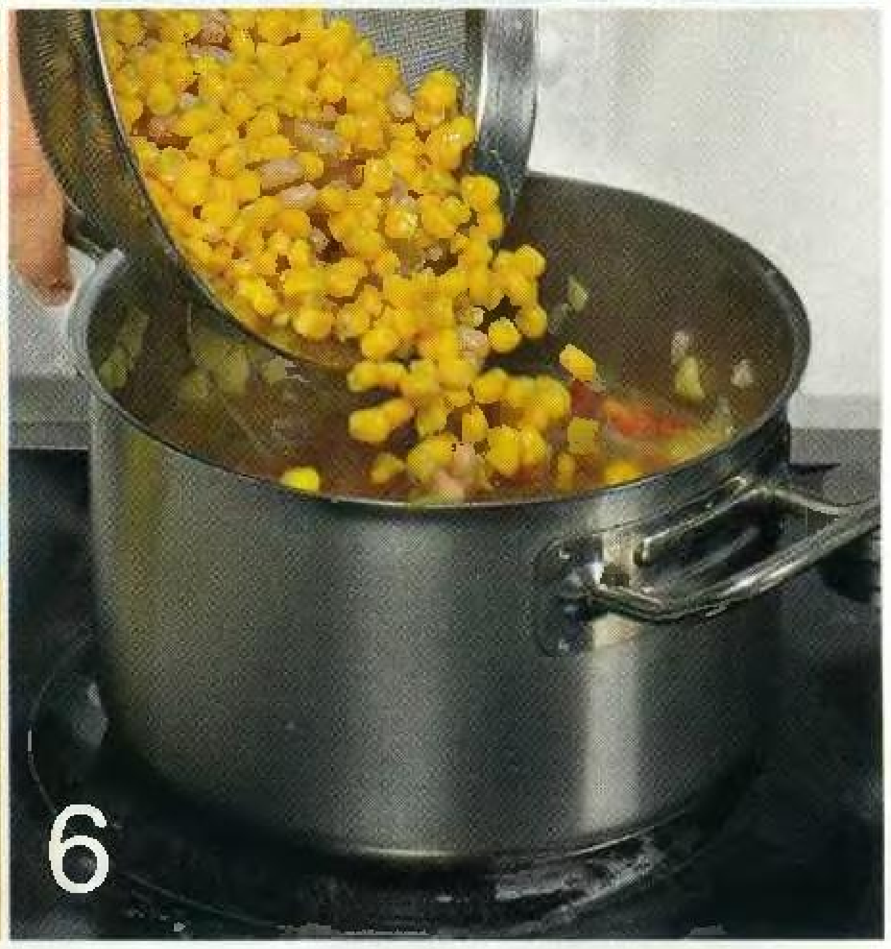












суп-пюре из фасоли

ЧТО НУЖНО:

- **400 г** сухой фасоли кидни
- **1** луковица
- **3** стебля черешкового сельдерея
- **1** зеленый острый перец
- **2** зубчика чеснока
- **2 ст. л.** растительного масла
- **1** лавровый лист
- **4 ст. л.** измельченной зелени кинзы
- соль, черный молотый перец

1

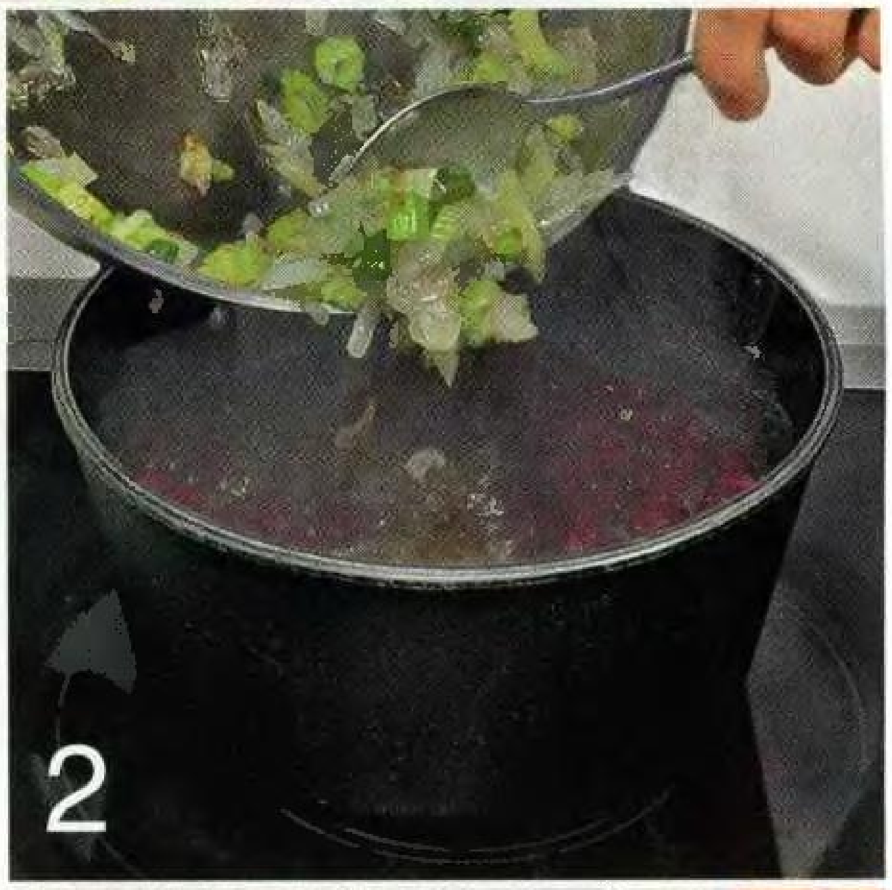
Время подготовки: 8 часов
Время приготовления: 1 час
Порций: 6
В 1 порции: 252,6 ккал,
белки – 14,2 г, жиры – 7,0 г, углеводы – 33,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Фасоль залить холодной водой и оставить на ночь. На следующий день фасоль промыть, залить 1,5 л свежей воды, добавить лавровый лист и варить 40–60 мин., до мягкости.

2 Лук, сельдерей, перец и чеснок мелко нарезать. Обжарить в разогретом растительном масле, помешивая, 5 мин. Добавить в кастрюлю к фасоли.

3 Варить под крышкой на медленном огне 15 мин. Затем лавровый лист удалить, перелить суп в блендер и измельчить в пюре. Приправить солью и перцем. При подаче суп разлить по тарелкам и посыпать кинзой. Можно украсить полосками острого красного перца.


2

3

Knorr
УНИВЕРСАЛЬНАЯ
Ароматная приправа
УКРОП и ПЕТРУШКА
+11 ОВОЩЕЙ И ТРАВ
На правах рекламы
Кнорр Ароматная приправа.
Притягательный аромат укропа и петрушки.
Потому что каждому супу нужен особенный аромат.
Knorr
УНИВЕРСАЛЬНАЯ
Ароматная приправа

СПОНСОР РЕЦЕПТА

SUNRISE

Реклама

баранья нога с панчеттой

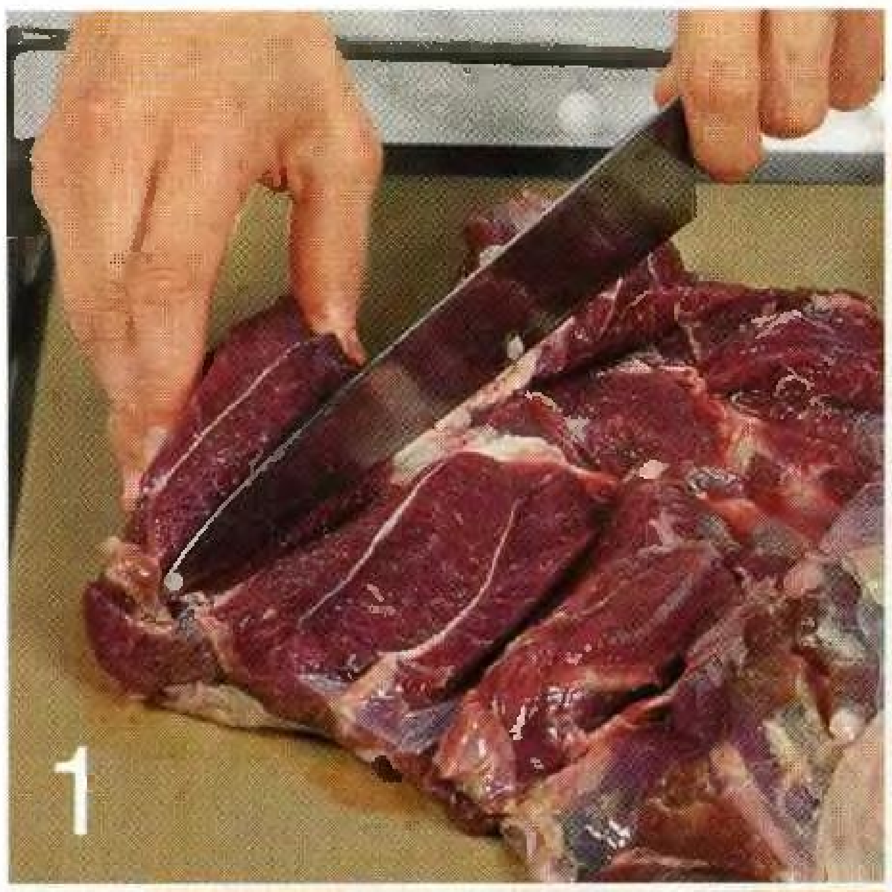
ЧТО НУЖНО:

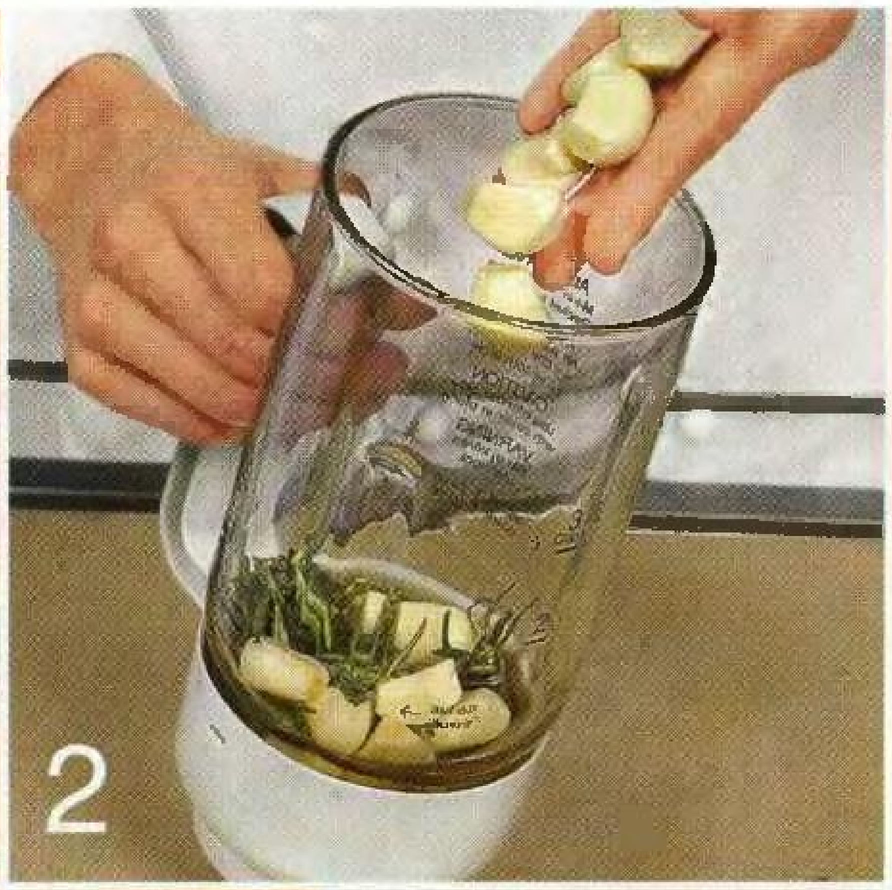
- **1** баранья нога без кости весом около 3 кг
- **2 ст. л.** оливкового масла
- **0,5** головки чеснока
- **30 г** свежего розмарина
- **200 г** панчетты или бекона
- • соль, перец

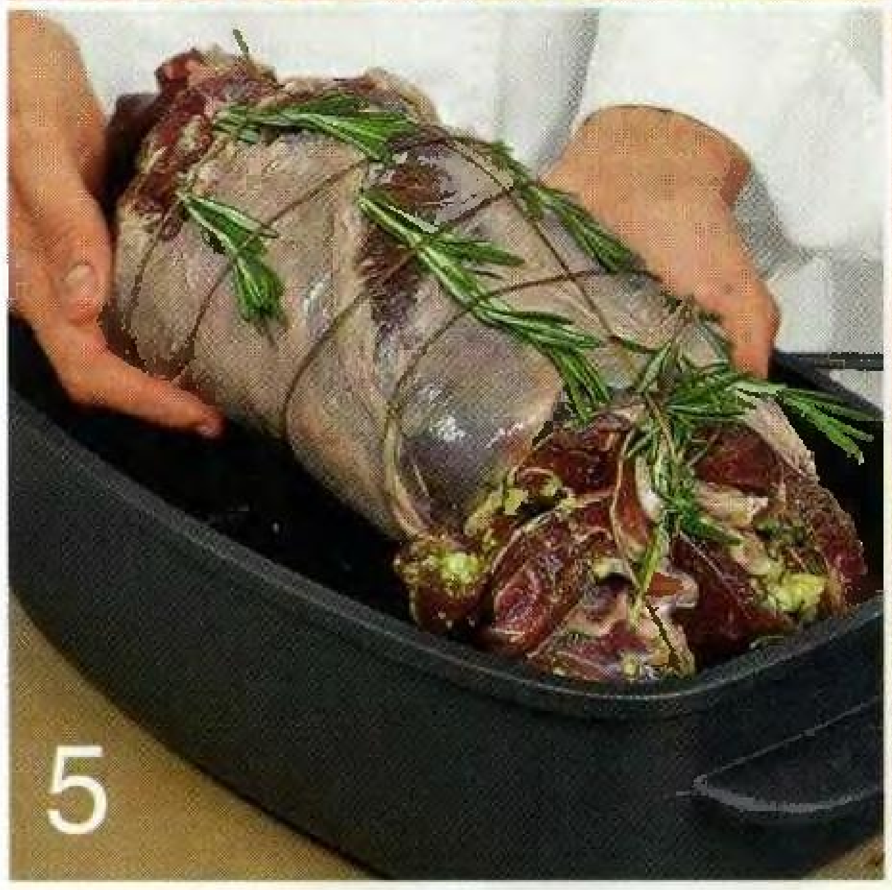
Для соуса:

- **300 мл** натурального йогурта
- **2 ст. л.** оливкового масла
- **1** огурец
- **2** зубчика чеснока
- **1 ст. л.** белого винного уксуса
- **1 ст. л.** мелко нарезанного укропа
- **1 ст. л.** мелко нарезанного зеленого лука

Время приготовления: 1 час 40 мин.
Порций: 10
В 1 порции: 343 ккал,
белки – 22,8 г, жиры – 26,7 г, углеводы – 2,8 г







ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Мясо вымыть, распластать на столе, сделать ножом насечки поперек волокон. Натереть ногу оливковым маслом, посыпать солью и перцем.

2 Чеснок очистить. Розмарин промыть, отложить 2–3 веточки, с остальных снять листики и измельчить вместе с чесноком в кухонном комбайне. Обильно натереть получившейся смесью мясо со всех сторон.

3 Панчетту нарезать маленькими кусочками, выложить сверху на мясо.

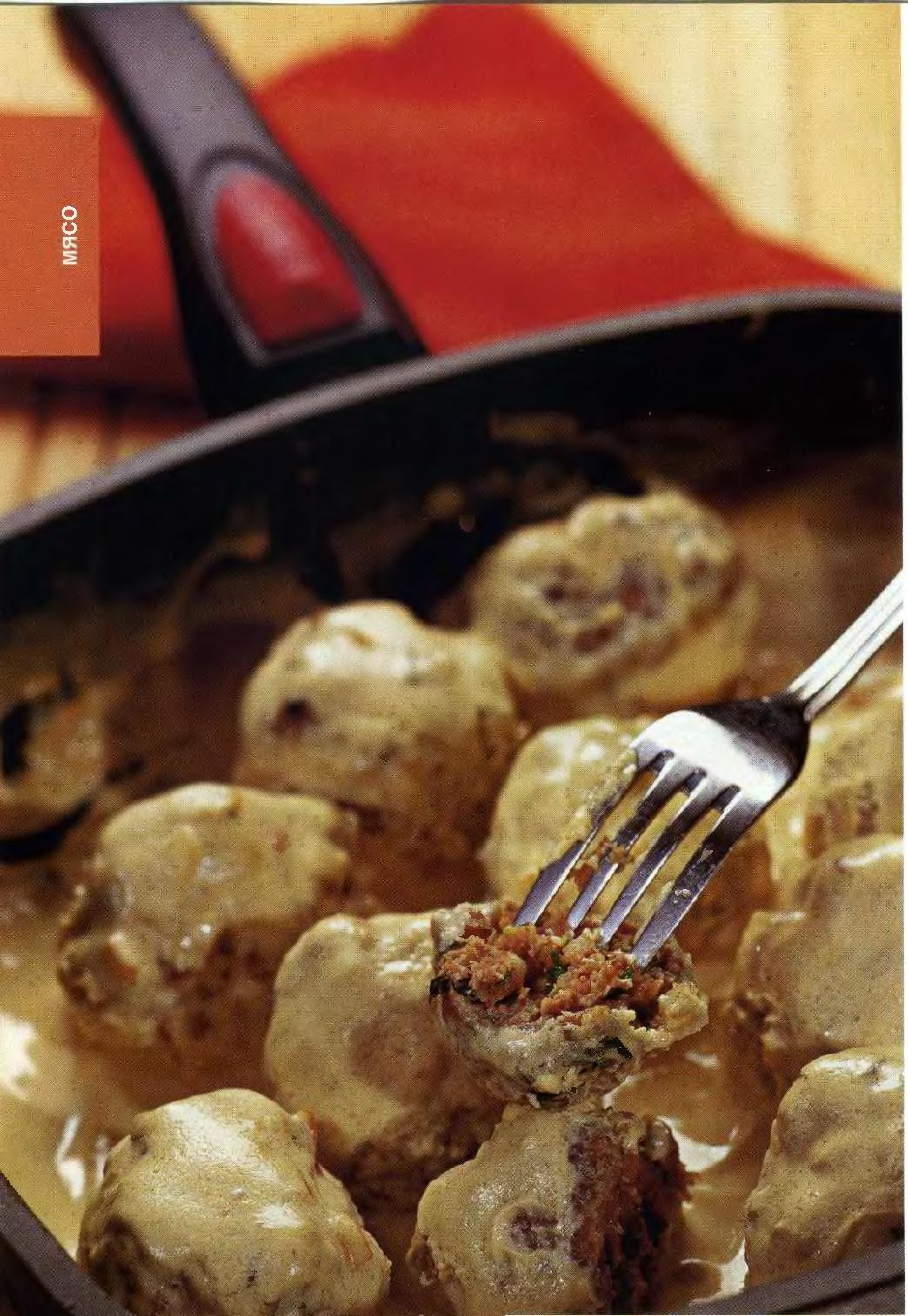
4 Аккуратно, сохраняя начинку, свернуть мясо в рулет. Положить сверху отложенные веточки розмарина, перевязать шпагатом.

5 Разогреть духовку до 180 °С. Положить ногу в большую форму и запекать 1 ч 20 мин. Один раз перевернуть. Переложить готовое мясо на доску, накрыть фольгой и оставить на 5–10 мин.

6 Приготовить соус. Чеснок очистить и измельчить. Огурец натереть на терке, отжать. Переложить огуречную массу в миску и перемешать с йогуртом, чесноком, уксусом, оливковым маслом, укропом и зеленым луком. Затем нарезать баранину на ломтики и подать с соусом. Можно подать со свежими овощами.

КСТАТИ

Мы советуем подавать к этому блюду красное сухое вино SUNRISE CARMENER, которое производит знаменитая чилийская компания CONCHA Y TORO. В букете этого вина тона чернослива, черной смородины и шоколада сочетаются с нотками кофе. Это мягкое полнотелое вино с длительным послевкусием.



котлеты в горчичном соусе

ЧТО НУЖНО:

800 г говяжьего фарша
1 большая луковица
2 зубчика чеснока
• пучок петрушки
1 яйцо
2 ст. л. растительного масла

Для соуса:

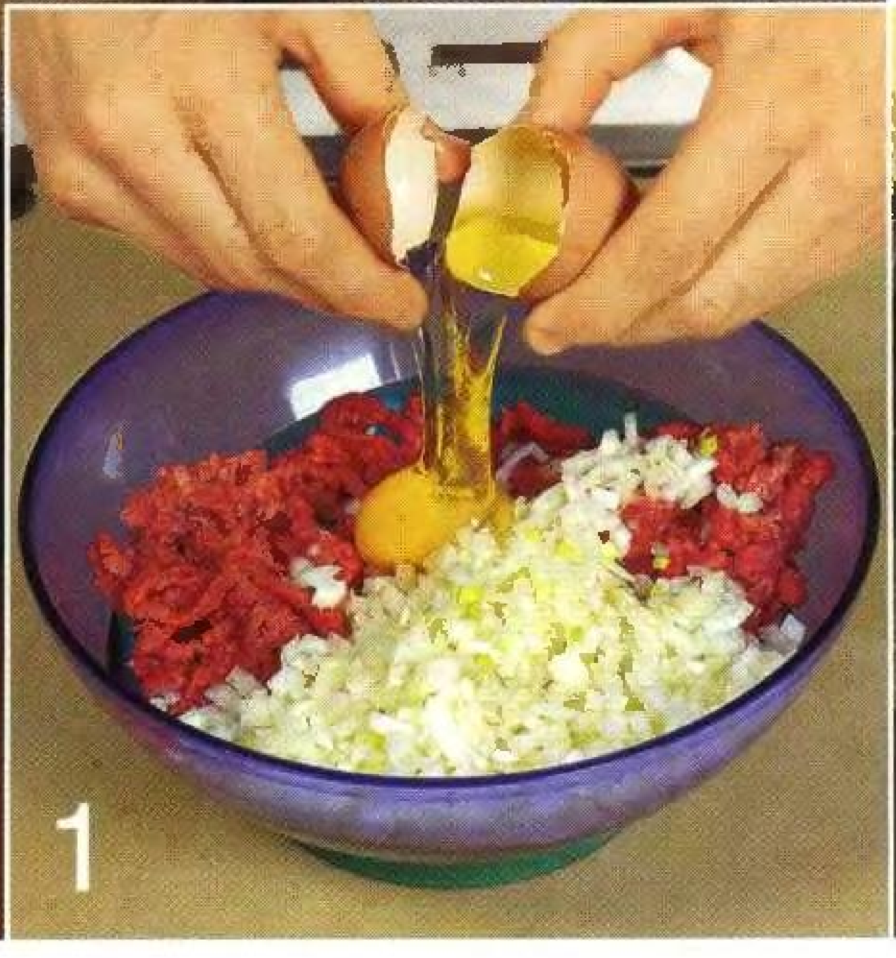
3 ст. л. горчицы
300 мл сливок жирностью 22%
• соль, перец по вкусу

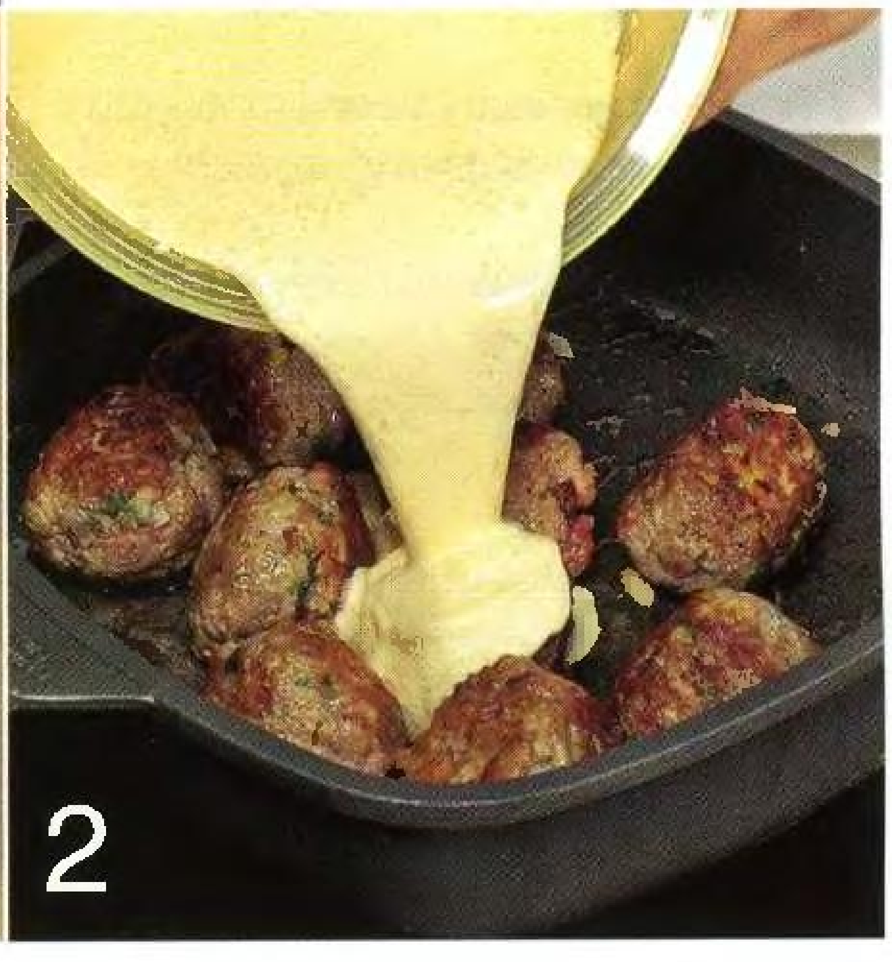
Время приготовления: 1 час
Порций: 6
В 1 порции: 407,4 ккал,
белки – 27,0 г, жиры – 31,2 г, углеводы – 4,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук и чеснок очистить, измельчить. Петрушку вымыть, обсушить и мелко нарезать. Смешать в миске фарш, лук, чеснок, петрушку и яйцо. Посолить, поперчить по вкусу. Поставить фарш в холодильник на 30 мин.

2 Сформовать из фарша небольшие круглые котлетки. Обжарить их на сковороде с разогретым маслом, время от времени переворачивая, 6 мин. Сливки взбить с горчицей и влить в сковороду с котлетами. Уменьшить огонь и готовить под крышкой 10 мин.


1


2

Фестал®
Лёгкость необыкновенная...
Хотите забыть
о тяжести в желудке?
Помните всегда
про **Фестал!**
Фестал
100 драже
Aventis
Фестал — ферментный препарат
для улучшения пищеварения.
sanofi aventis
Представительство АО «Санофи-авентис груп» (Франция).
Адрес: 115035, Москва, ул. Садовническая, д. 82, стр. 2. Тел.: (495) 721-1400. Факс: (495) 721-1411.
www.sanofi-aventis.ru
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕ-
НИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.
Рег. номера: П №014796/01-2003, П №008980 от 26.05.2006. RU.PAN.08.02.01. На правах рекламы

Реклама

курица с пшеном и кислой капустой

ЧТО НУЖНО:

1	курица весом 1,2 кг
200 г	**пшена «Мистраль»**
300 г	квашеной капусты
1	большая луковица
2 ст. л.	сливочного масла
2 ст. л.	растительного масла
•	соль по вкусу

Время приготовления: 1 час
Порций: 8
В 1 порции: 918,5 ккал,
белки – 53,4 г, жиры – 61,8 г, углеводы – 37,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Курицу вымыть, натереть солью и разрезать на порционные куски, удалив крупные кости.
Обжарить курицу в разогретом растительном масле до образования золотистой корочки, по 6 мин. с каждой стороны. Шумовкой переложить куски на блюдо.

2 Пшено промыть, всыпать в кастрюлю, залить 2 стаканами подсоленного кипятка и варить 10 мин. Воду слить.

3 Лук очистить и измельчить. Капусту отжать. Обжарить лук в сковороде, где жарилась курица, 4 мин. Добавить капусту и готовить еще 4 мин.

4 В большую кастрюлю с толстым дном выложить половину пшена и 1 ст. л. сливочного масла. Положить слой капусты с луком.

5 Затем выложить куски курицы и оставшееся сливочное масло.

6 Сверху положить пшено. Готовить на небольшом огне под крышкой 30 мин.

КСТАТИ

Шлифованное пшено «Мистраль» производят из отборных зерен проса, которые проходят многоступенчатую очистку.
Пшено обладает большой питательной ценностью, богато растительными белками, содержит повышенное количество аминокислот и целый комплекс микроэлементов (калий, магний, фосфор) и витаминов. Регулярное употребление в пищу пшена улучшает работу кровеносной системы и печени.

СПОНСОР РЕЦЕПТА
SANDOZ

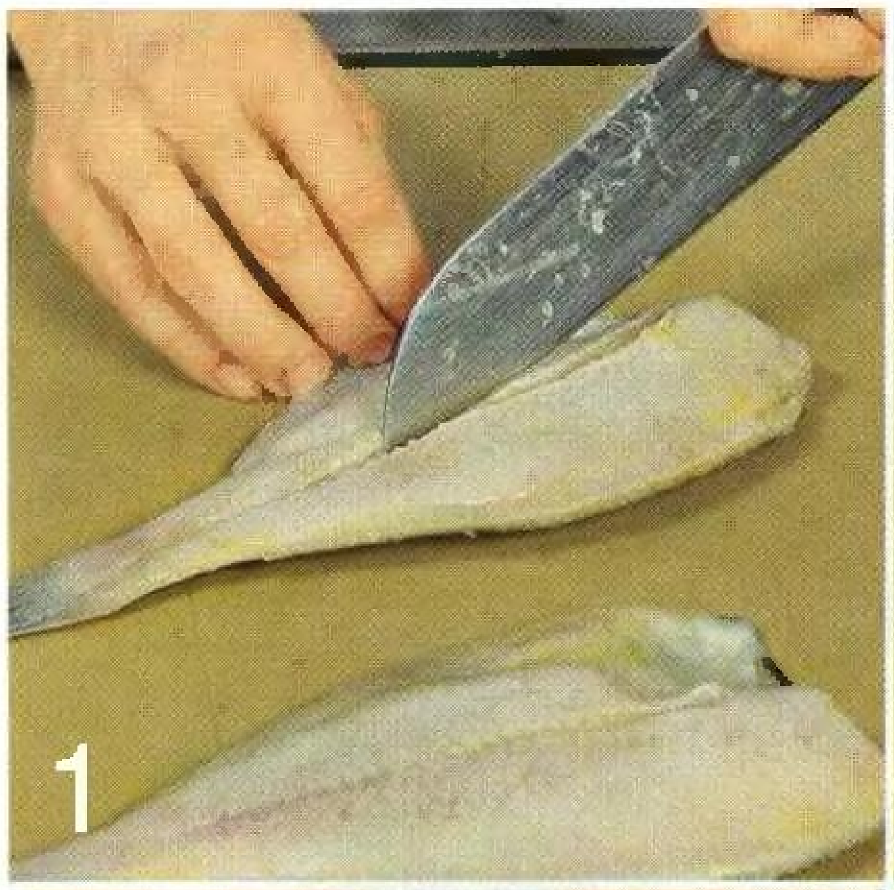
Реклама

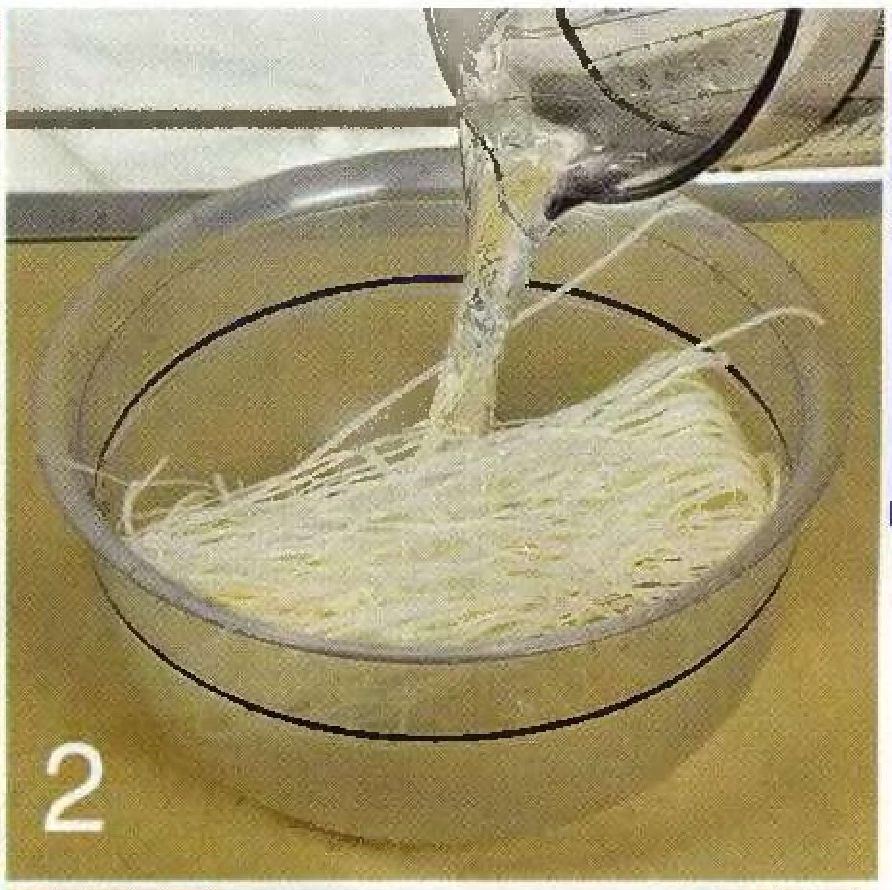
камбала с рисовой лапшой

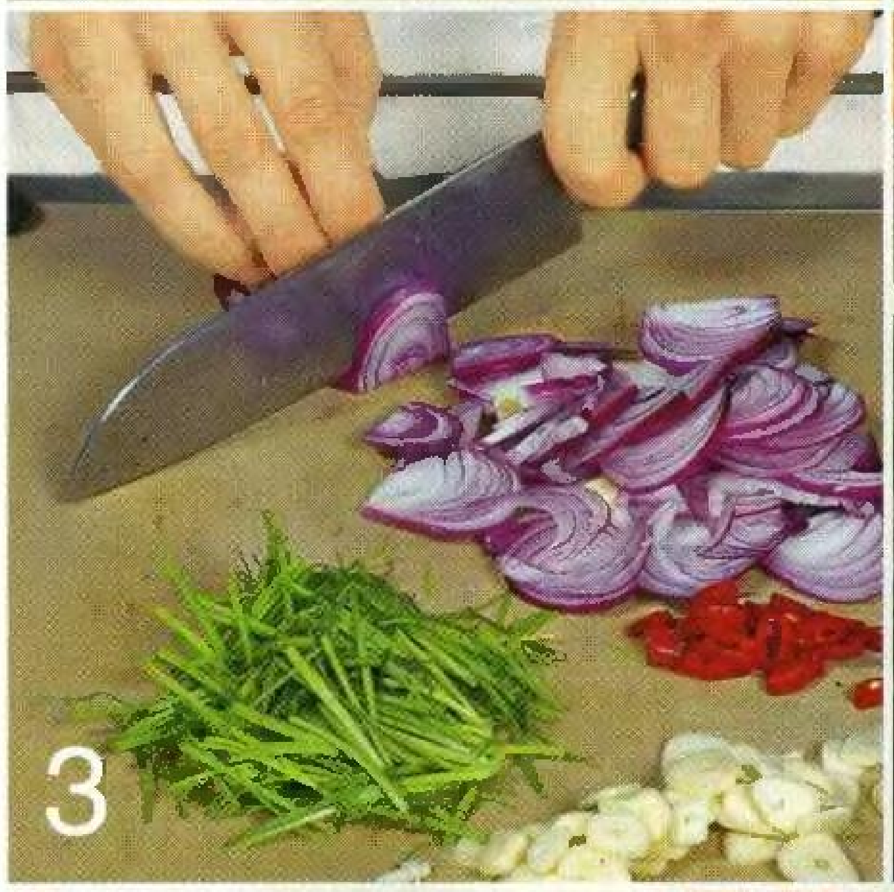
ЧТО НУЖНО:

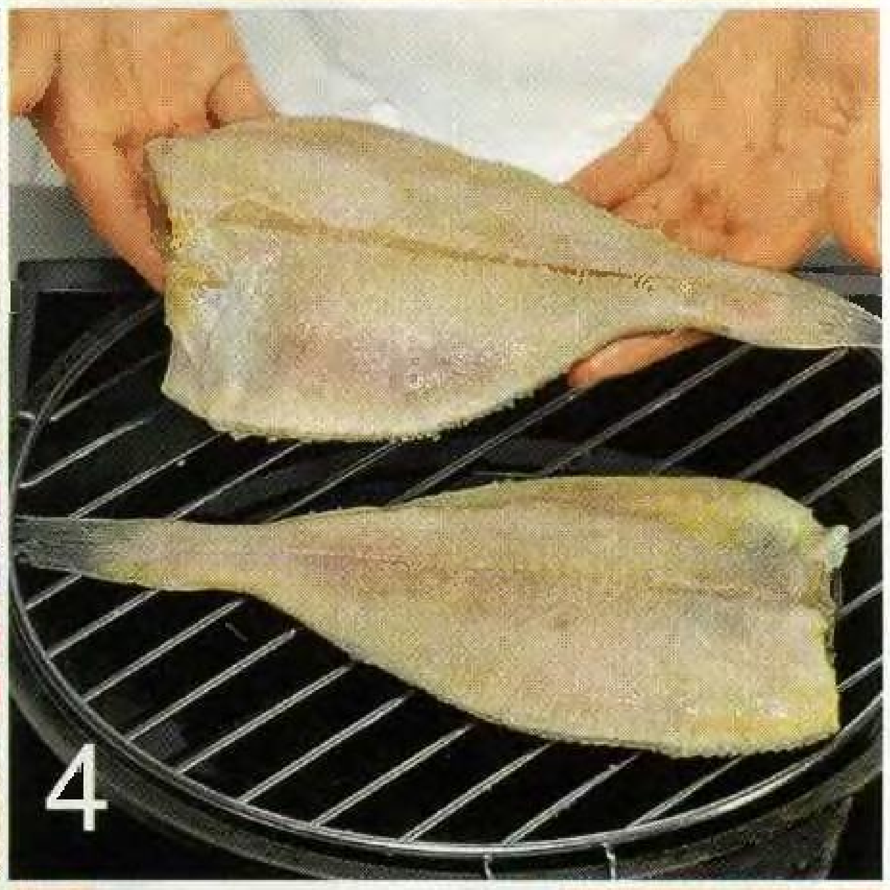
- **4** филе камбалы примерно по 125 г
- **1,5 ст. л.** свежего тертого имбиря
- • пучок зеленого лука
- **3** зубчика чеснока
- **4 ст. л.** соевого соуса
- **4 ст. л.** растительного масла
- **225 г** рисовой лапши
- **250 г** ростков фасоли или сои
- **1** небольшой красный острый перчик
- **1** красная луковица
- • соль

Время приготовления: 40 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 588,7 ккал,
белки – 36,7 г, жиры – 24,9 г, углеводы – 54,4 г









ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Камбалу вымыть, обсушить. Натереть каждое филе солью с обеих сторон и отложить на 30 мин. (филе станет более плотным).

2 Рисовую лапшу замочить в теплой воде на 25 мин. Отбросить на дуршлаг, несколько раз сильно встряхнуть.

3 Чеснок и красный лук очистить. Тонко нарезать ломтиками 2 зубчика чеснока, остальные измельчить. Репчатый лук нарезать полукольцами. Зеленый лук вымыть и нарезать кусочками длиной 3 см. Острый перчик разрезать пополам, удалить семена, мякоть нарезать тонкими полукольцами.

4 В сковороду налить воду слоем 3–4 см, сверху поместить решетку, выложить на нее рыбу, присыпать имбирем. Накрыть крышкой и поставить на средний огонь на 15 мин.

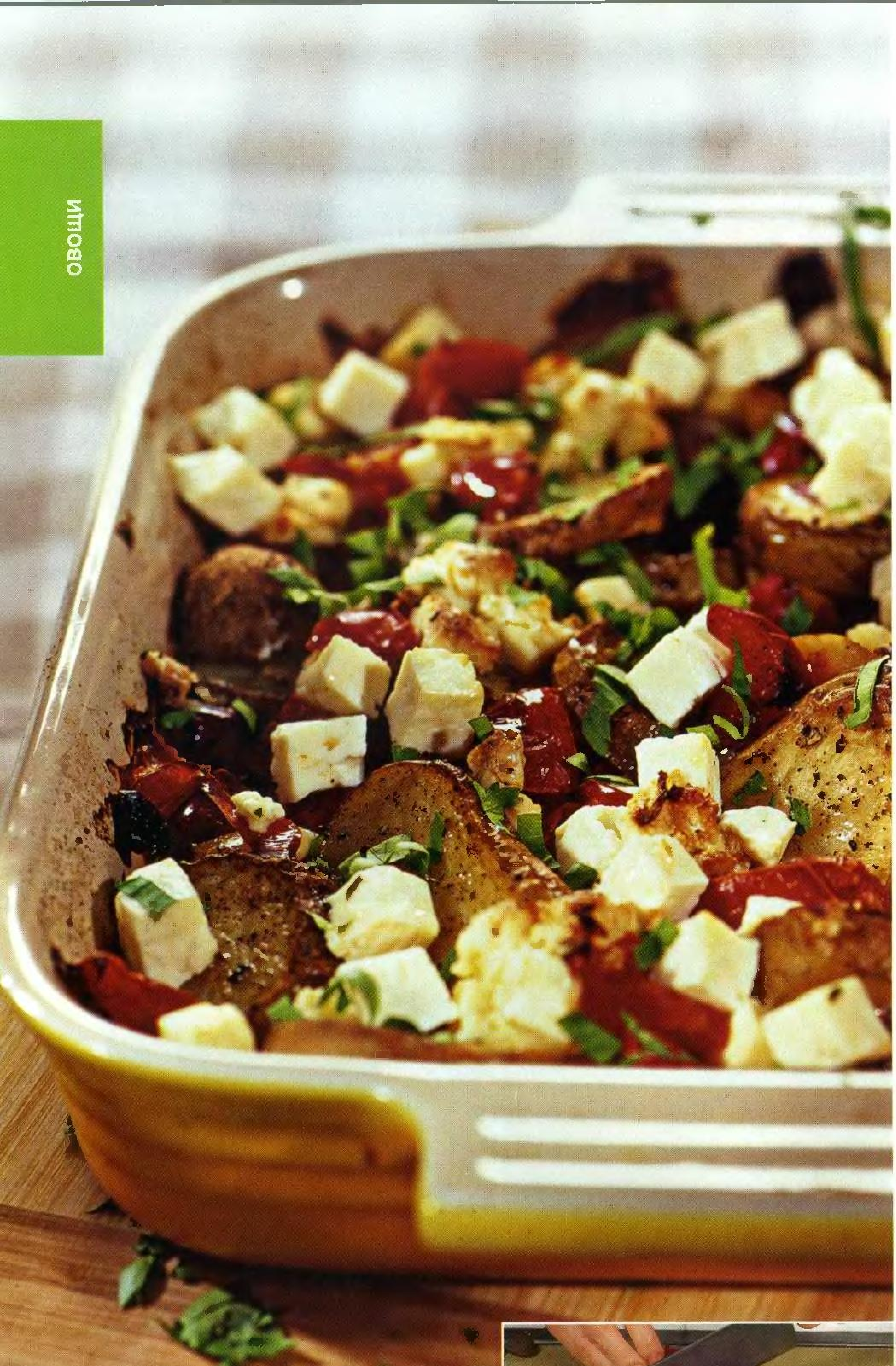
5 Разогреть в сковороде 2 ст. л. масла, обжарить репчатый лук и чеснок, 4 мин. Добавить острый перчик, ростки фасоли, зеленый лук и лапшу. Влить 2 ст. л. соевого соуса, готовить на сильном огне, постоянно помешивая, 5 мин.

6 Разогреть оставшееся масло, обжарить в нем ломтики чеснока, 4 мин. Снять с огня, влить оставшийся соевый соус, перемешать и полить готовую рыбу. Подавать с лапшой.

При тянущих болях в мышцах и суставах, отеках от долгого пребывания на ногах компания «Сандоз» советует применять Диклак® 5% гель, обладающий противовоспалительным и анальгезирующим действием.

рег. уд. П№011215/01

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ ИЛИ ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



картофельная запеканка

ЧТО НУЖНО:

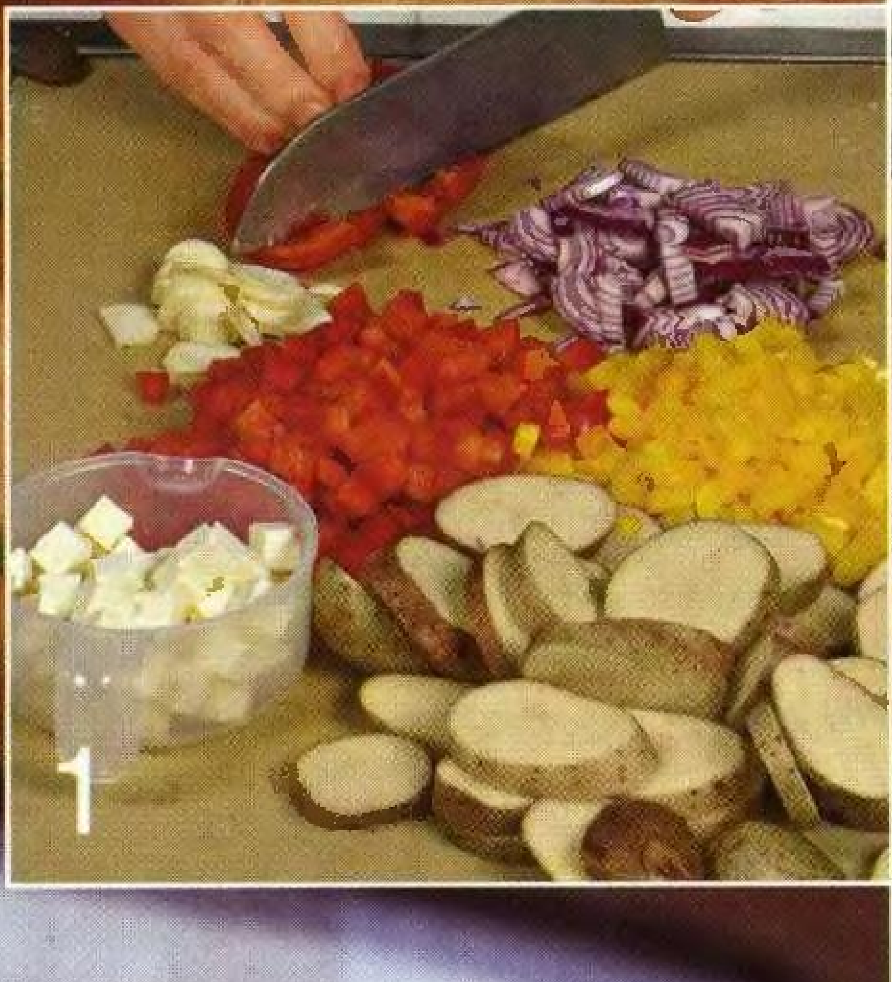
- **750 г** мелкого картофеля
- **2** сладких перца, красный и желтый
- **4** помидора
- **1** красная луковица
- **250 г** сыра моцарелла
- **3** зубчика чеснока
- **1 ст. л.** оливкового масла
- **4** веточки свежего базилика
- соль, черный молотый перец

Время приготовления: 1 час
Порций: 6
В 1 порции: 418,9 ккал,
белки – 21,1 г, жиры – 23,9 г, углеводы – 29,8 г

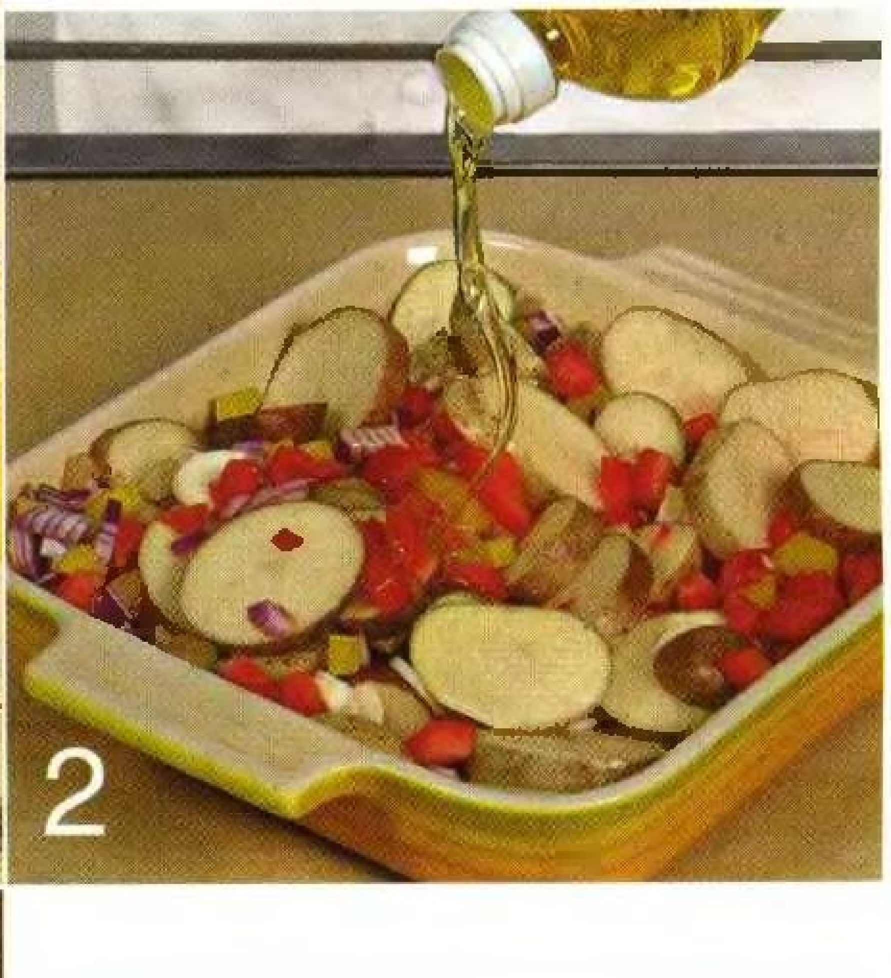
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Картофель тщательно вымыть. Лук и чеснок очистить. Из перцев удалить сердцевину. Картофель нарезать кружками, перцы – небольшими кусочками, помидоры и лук – мелкими кубиками. Чеснок измельчить. Моццареллу обсушить на салфетке, нарезать кубиками.

2 Разогреть духовку до 200 °С. В форму для запекания положить картофель, лук и сладкий перец. Перемешать с чесноком и маслом, приправить солью и перцем. Запекать 40 мин., затем положить сверху помидоры и моццареллу. Готовить в духовке еще 10 мин. Базилик промыть, мелко нарезать, посыпать горячую запеканку и подать к столу.



1



2

картофельная пицца с салями

СПОНСОР РЕЦЕПТА

Роллтон

ПРОСТОЙ РЕЦЕПТ ВКУСНЫХ БЛЮД

ЧТО НУЖНО:

- **100 г** картофельного пюре **«Роллтон»** со сливками
- горсть свежих шампиньонов
- **100 г** салями
- **1** острый перчик
- **120 г** сыра моццарелла
- **1 ст. л.** панировочных сухарей
- **1 ст. л.** оливкового масла
- **1** зубчик чеснока
- **200 г** очищенных помидоров в собственном соку
- **1** щепотка «Чудесной приправы» **«Роллтон»**

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 382,5 ккал,
белки – 14,5 г, жиры – 28,1 г, углеводы – 17,1 г

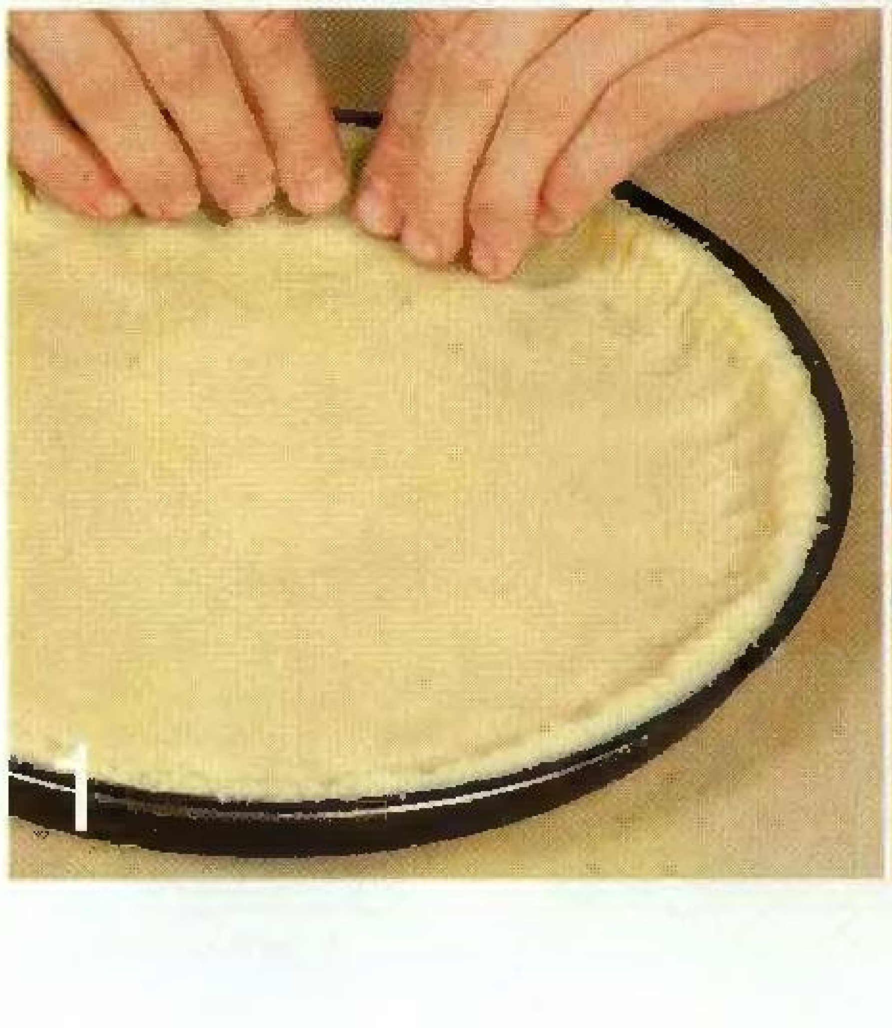
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Размешать картофельное пюре в 400 мл горячей кипяченой воды. Форму для пиццы смазать маслом, присыпать сухарями, выложить картофельную массу, разровнять поверхность и сделать бортики.

2 Чеснок измельчить, обжарить, 30 сек, добавить помидоры, «Чудесную приправу» и готовить, помешивая, 7 мин. Дать остыть, затем равномерно смазать соусом тесто. Разложить нарезанный кружками сыр и острый перчик, ломтики грибов и салями. Запекать 10 мин. при 220 °C.

КСТАТИ

Благодаря высокому содержанию калия картофель улучшает работу сердца и почек. Поэтому картофель в виде пюре и супов включают в диетическое питание при сердечных и почечных заболеваниях. Употребление около 400 г картофеля в день удовлетворяет суточную потребность организма в калии и витамине С.

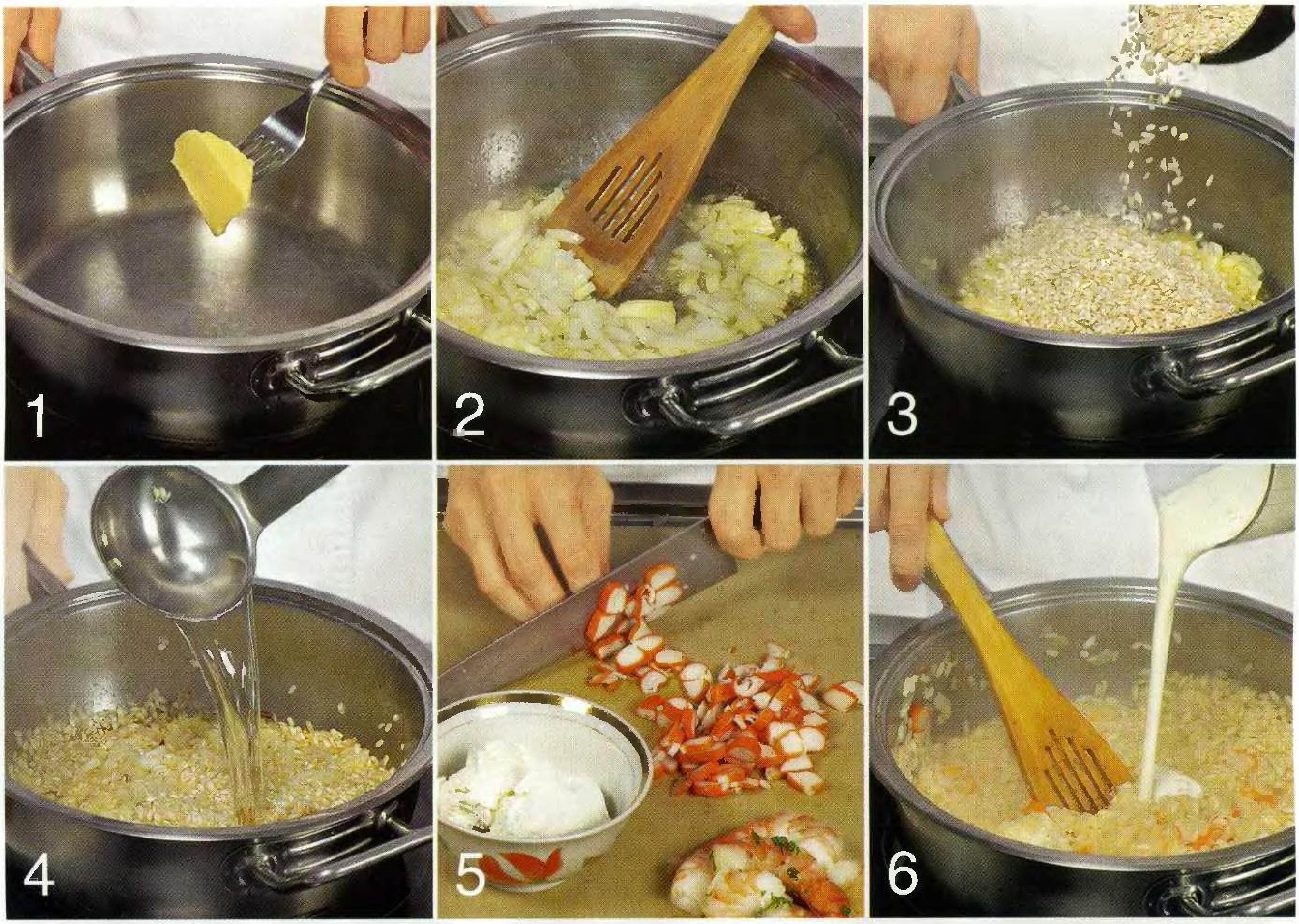


Реклама

СПОНСОР РЕЦЕПТА
СТОКМАНН

Реклама

ризотто с базиликом и креветками



ЧТО НУЖНО:

400 г	риса арборио
6	крупных креветок
1 л	куриного бульона
100 мл	сливок жирностью 35%
100 г	мягкого козьего сыра
1	небольшая луковица
•	пучок базилика
3 ч. л.	сливочного масла
•	соль по вкусу

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 545,4 ккал,
белки – 19,1 г, жиры – 18,9 г, углеводы – 74,7 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук очистить и измельчить. В большой сковороде с толстым дном растопить сливочное масло.

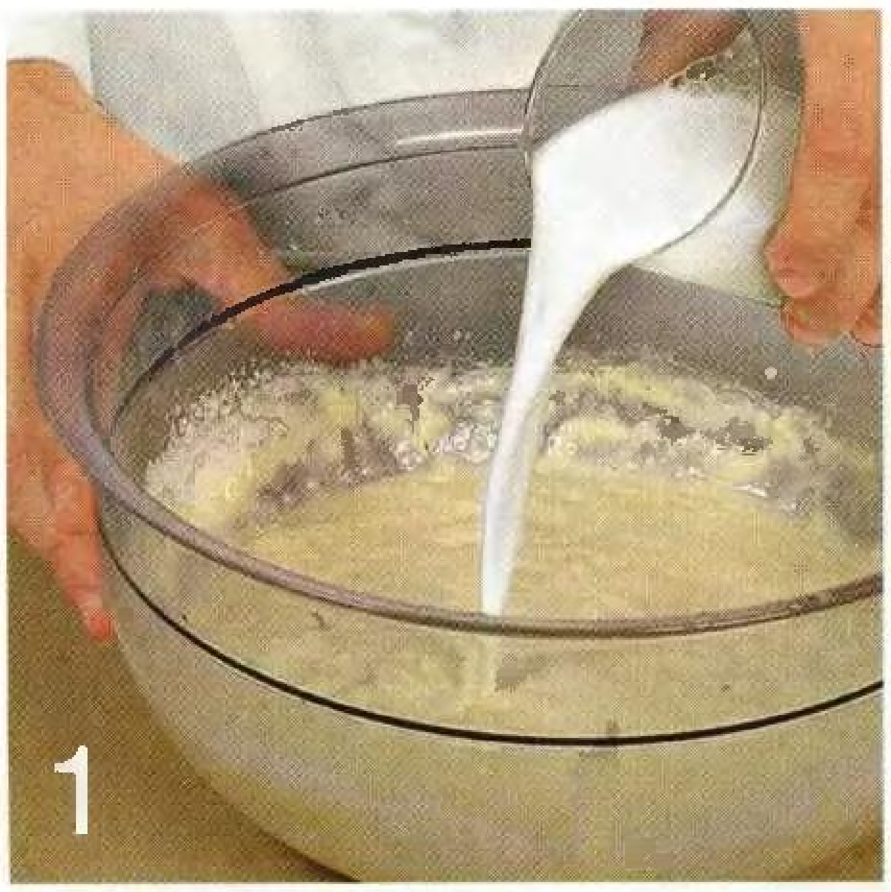
2 Добавить лук и готовить, пока он не станет прозрачным, 4 мин.

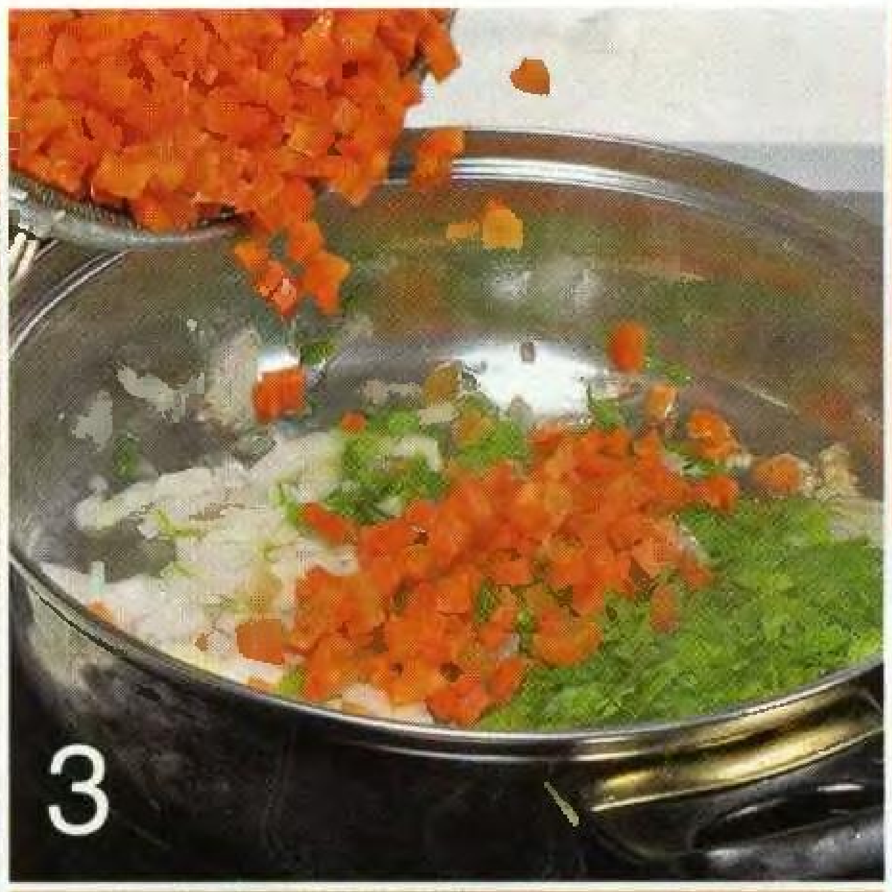
3 Всыпать рис, готовить, помешивая, 1 мин.

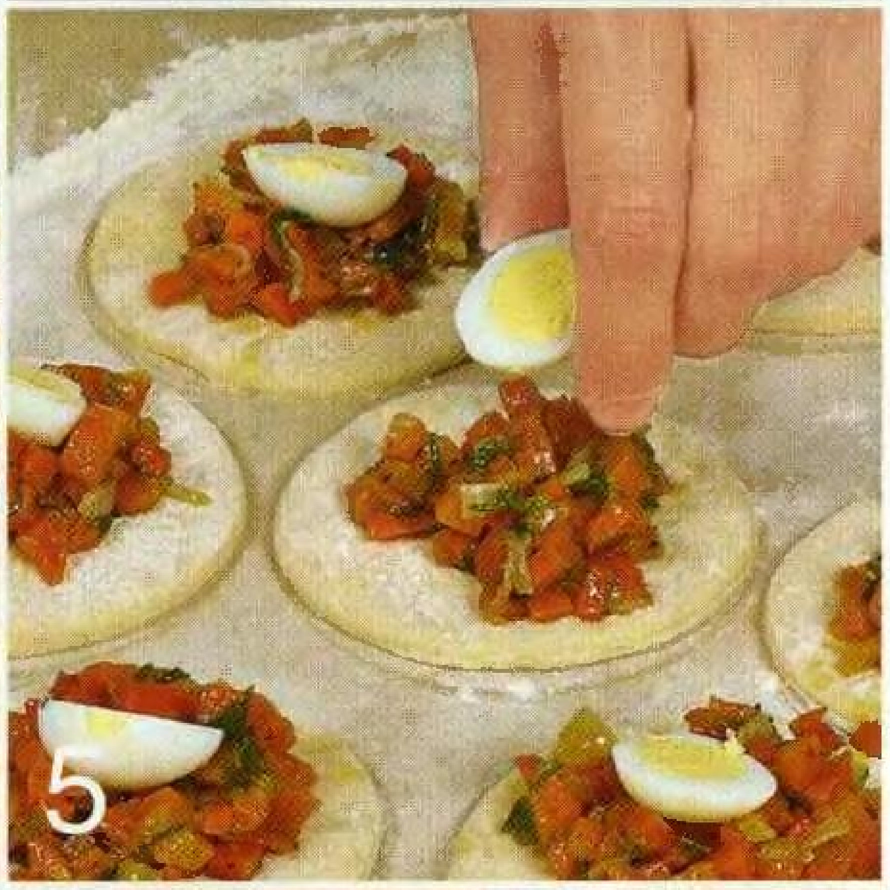
4 Влить 200 мл куриного бульона, уменьшить огонь и готовить, часто помешивая, пока рис не впитает всю жидкость. Добавлять бульон по 200 мл и готовить, помешивая, до полного впитывания. Это займет примерно 20 мин.

5 Креветки отварить в кипящей подсоленной воде, 3 мин. Дать остыть. Отложить для украшения 2 креветки, оставшиеся очистить от голов и панцирей и нарезать небольшими кусочками. Базилик вымыть, обсушить и измельчить. Смешать нарезанные креветки с козьим сыром и базиликом. Добавить в ризотто, посолить по вкусу, перемешать.

6 Влить в ризотто сливки, на сильном огне довести до кипения и сразу же снять с огня. Оставшиеся креветки очистить от панциря, оставив хвостики. Ризотто выложить на блюдо, украсить креветками.







пирожки с морковью и яйцами

ЧТО НУЖНО:

400 г муки
100 г сливочного масла
3 желтка
0,5 стакана молока
7 г (1 пакетик) сухих дрожжей
1 яйцо
1 ст. л. сливочного масла

Для начинки:

800 г моркови
3 ст. л. растительного масла
• несколько капель кунжутного масла
16 перепелиных яиц
1 луковица
6–7 веточек петрушки
• сахар, соль и перец

Время подготовки: 3 часа
Время приготовления: 1 час
Количество: 12 штук
В 1 штуке: 355,5 ккал,
белки – 9,2 г, жиры – 20,1 г, углеводы – 34,4 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Муку просеять. Дрожжи развести в половине стакана теплой воды. Всыпать в кастрюлю половину муки, влить дрожжи, тщательно размешать и поставить в теплое место на 1–1,5 ч. Когда тесто увеличится в объеме вдвое, вбить в него желтки, добавить соль по вкусу и немного сахара. Влить теплое молоко и перемешать. Масло размягчить и добавить в тесто вместе с оставшейся мукой.

2 Переложить тесто на присыпанную мукой рабочую поверхность и отбить на доске, пока оно не будет легко отставать от доски и рук. Вернуть тесто в кастрюлю, накрыть полотенцем. Поставить в теплое место на 1,5–2 ч.

3 Приготовить начинку. Морковь очистить, нарезать маленькими кусочками, положить в сотейник. Влить 3–4 ст. л. воды, накрыть крышкой и потушить до мягкости, 6–7 мин. Переложить в миску. Лук очистить и мелко нарезать. Петрушку промыть и измельчить. В сотейнике нагреть 3 ст. л. масла, положить лук и обжарить до золотистого цвета, 6–7 мин. Добавить морковь, петрушку, кунжутное масло и готовить еще 3 мин. Приправить по вкусу. Яйца отварить вкрутую, остудить, очистить и разрезать каждое пополам.

4 Разогреть духовку до 180 °С. Готовое тесто раскатать в пласт толщиной 0,5 см, выемкой вырезать кружки.

5 Положить на каждый кружок теста по 2 ст. л. морковной начинки и по половинке яйца.

6 Защипать края. Смазать пирожки сверху слегка взбитым яйцом, разложить на смазанном сливочным маслом противне на расстоянии 3–4 см друг от друга. Дать пирожкам подняться в течение 15 мин. Выпекать в духовке 15–20 мин.

торт с айвой и грецкими орехами

ЧТО НУЖНО:

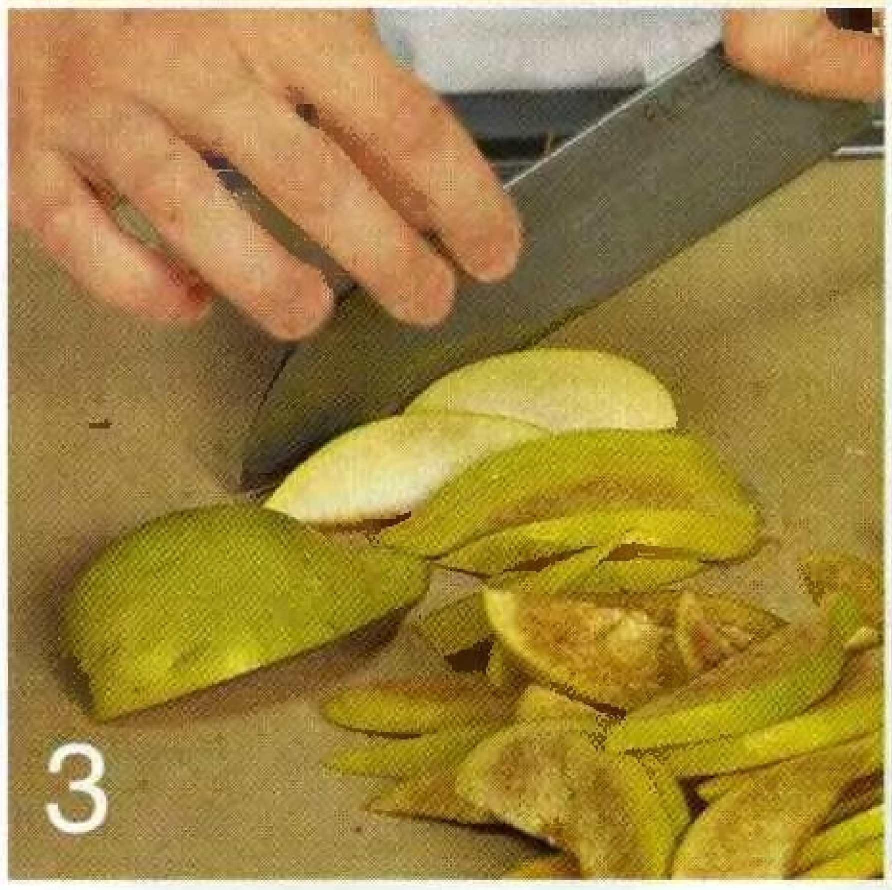
Для теста:

1,5 стакана муки
• щепотка соли
100 г сливочного масла
4 ст. л. ледяной воды

Для начинки:

2 айвы
1 стакан очищенных грецких орехов
1 стакан сахара
1 стакан сливок жирностью 35%
50 г сливочного масла
2 ст. л. меда
0,25 стакана воды

Время приготовления: 2 часа 30 мин.
Порций: 12
В 1 порции: 417 ккал,
белки – 5,3 г, жиры – 24,9 г, углеводы – 43,0 г



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 В просеянную с солью муку добавить нарезанное кубиками холодное масло и вымешивать тесто, пока оно не начнет напоминать хлебные крошки. Постепенно, продолжая вымешивать, влить воду. Распластать тесто в лепешку, завернуть в пищевую пленку и положить в холодильник на 1 ч.

2 Раскатать тесто на слегка присыпанной мукой поверхности в круг диаметром 35 см. Выложить в форму диаметром 28 см с невысокими бортиками так, чтобы были закрыто и дно, и бортики. Прокатать скалкой, чтобы удалить выступающие края. Вилкой сделать на тесте частые проколы и поставить в холодильник еще на 30 мин.
Застелить тесто фольгой или пергаментом, засыпать сухой фасолью и поставить в разогретую до 200 °С духовку на 20 мин. Удалить фасоль и фольгу, а форму с тестом вернуть в духовку еще на 15 мин. Вынуть, дать полностью остыть.

3 Приготовить начинку. Айву вымыть, разрезать на 4 части и удалить сердцевину. Нарезать мякоть ломтиками и опустить их в кипящую воду на 10 мин. Отбросить на дуршлаг. Орехи разделить на половинки и обжарить, помешивая, на сухой раскаленной сковороде, 6 мин.

4 В сотейник с толстым дном всыпать сахар, влить воду, поставить на небольшой огонь. Помешивать, пока сахар полностью не растворится. Увеличить огонь и довести смесь до кипения. Готовить, пока карамель не станет темно-янтарного цвета, примерно 6 мин. Снять с огня и очень осторожно влить сливки (карамель будет «стрелять»). Вернуть сотейник на минимальный огонь и готовить, помешивая, до однородности.
Добавить масло и мед, готовить, помешивая, 3 мин.

5 Влить получившуюся смесь в форму с тестом.

6 Разложить сверху ломтики айвы и половинки орехов и поставить в духовку на 10 мин.

мятное печенье с шоколадом

ЧТО НУЖНО:

200 г	сливочного масла + 2 ст. л. для смазывания противня
2 ст. л.	сахара
1	яйцо
1 ч. л.	мятного экстракта
25 г	какао-порошка
100 г	просеянной муки
Для начинки:	
20 мл	взбитых сливок
175 г	качественного белого шоколада
1 ч. л.	мятного экстракта
150 г	темного шоколада, поломанного на кусочки
40 г	сливочного масла

Время приготовления: 50 мин. + 2 ч
Количество: 20 штук
В 1 штуке: 215,2 ккал,
белки – 2,0 г, жиры – 16,4 г, углеводы – 14,9 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Миксером взбить в миске сливочное масло с сахаром в течение 3 мин. Добавить яйцо и взбивать еще 2–3 мин., пока смесь не станет пышной. Влить мятный экстракт. Просеять какао в миску с масляной смесью, постепенно, не прекращая перемешивать, всыпать муку. Переложить тесто на пленку и раскатать его в тонкую лепешку. Завернуть и убрать в холодильник на 1 ч.

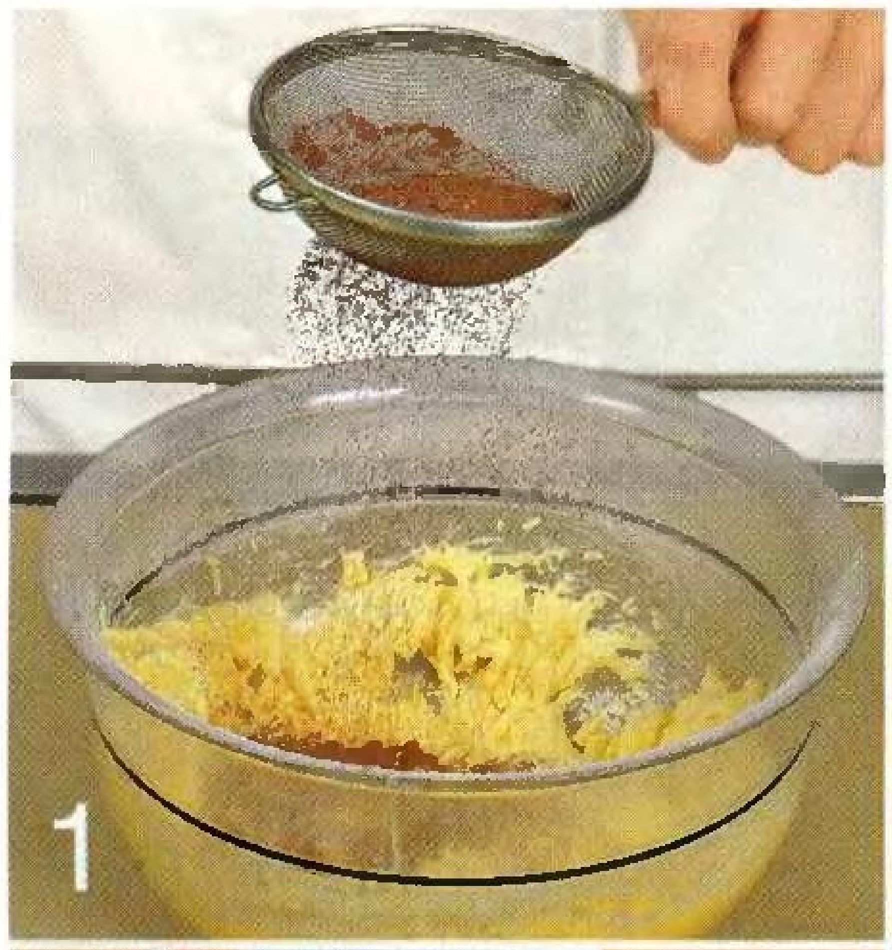
2 Достать тесто из холодильника. На рабочей поверхности, слегка присыпанной мукой, раскатать тесто до толщины 3 мм. С помощью выемки в форме цветка диаметром 5 см вырезать печенья.

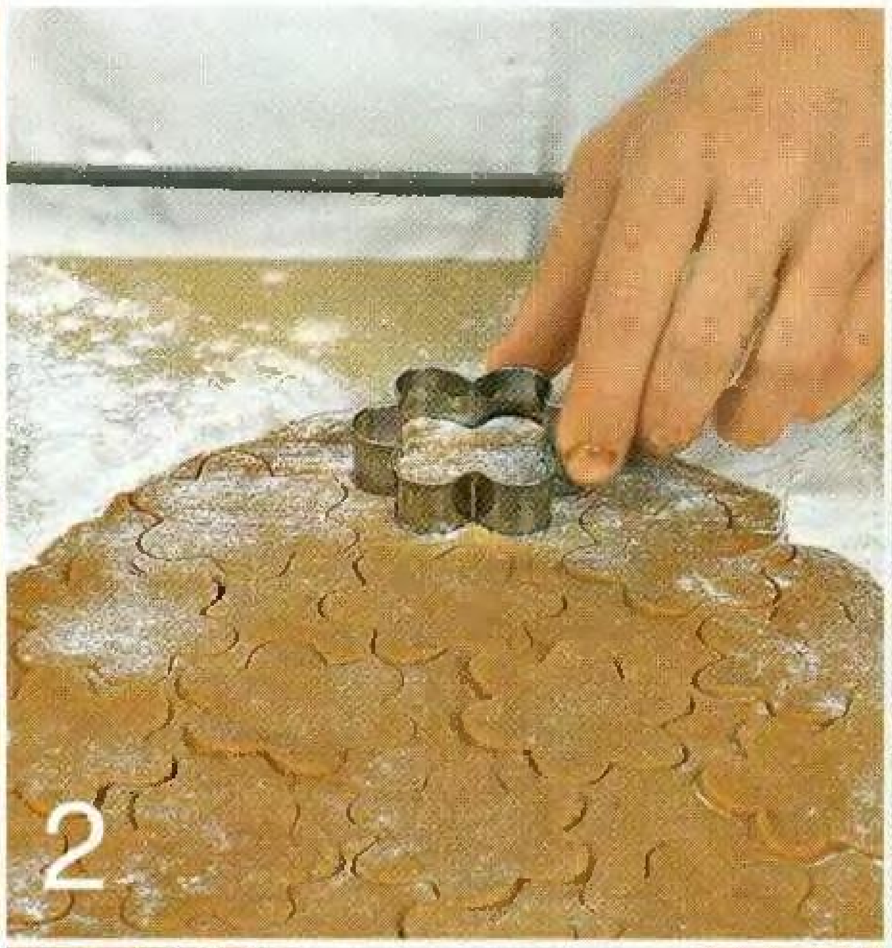
3 Разогреть духовку до 180 °С. Смазать маслом 2 больших противня, посыпать их мукой, затем выложить на них фигурки из теста. Выпекать 7–8 мин., пока печенье не подсохнет по краям. Переложить печенье на решетку и дать остыть.

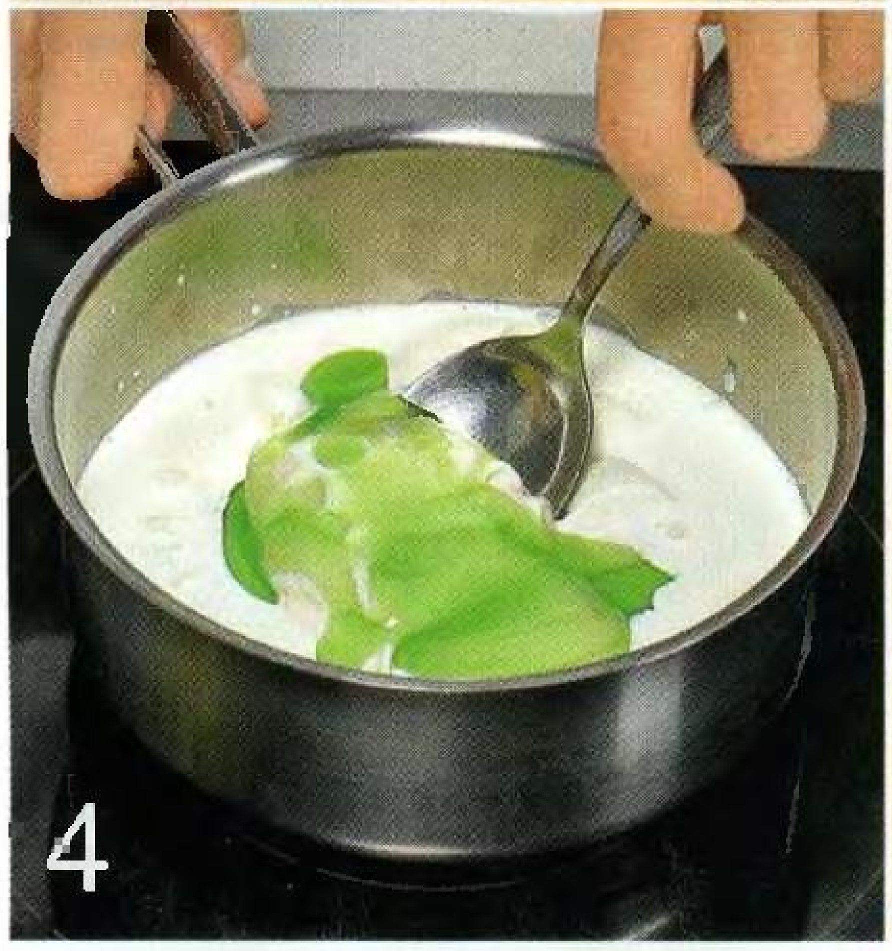
4 Приготовить начинку. В кастрюле на медленном огне довести до кипения сливки, снять с огня. Добавить белый шоколад. Перемешивать, пока он не растает. Влить мятный экстракт и размешать. Охладить в течение 1 ч.

5 В отдельной миске растопить на медленном огне, помешивая, темный шоколад и сливочное масло. Снять с огня. Дать остыть в течение 15 мин., затем смазать сверху получившейся глазурью половину печений. Поместить в холодильник и держать до тех пор, пока глазурь не затвердеет.

6 С помощью миксера взбить начинку, пока она не станет воздушной, 30–45 сек. Нанести немного начинки на печенье без глазури, накрыть печеньем с глазурью. Так же подготовить остальные печенья. Поставить в холодильник на 30 мин.







виноградное желе с хересом

ЧТО НУЖНО:

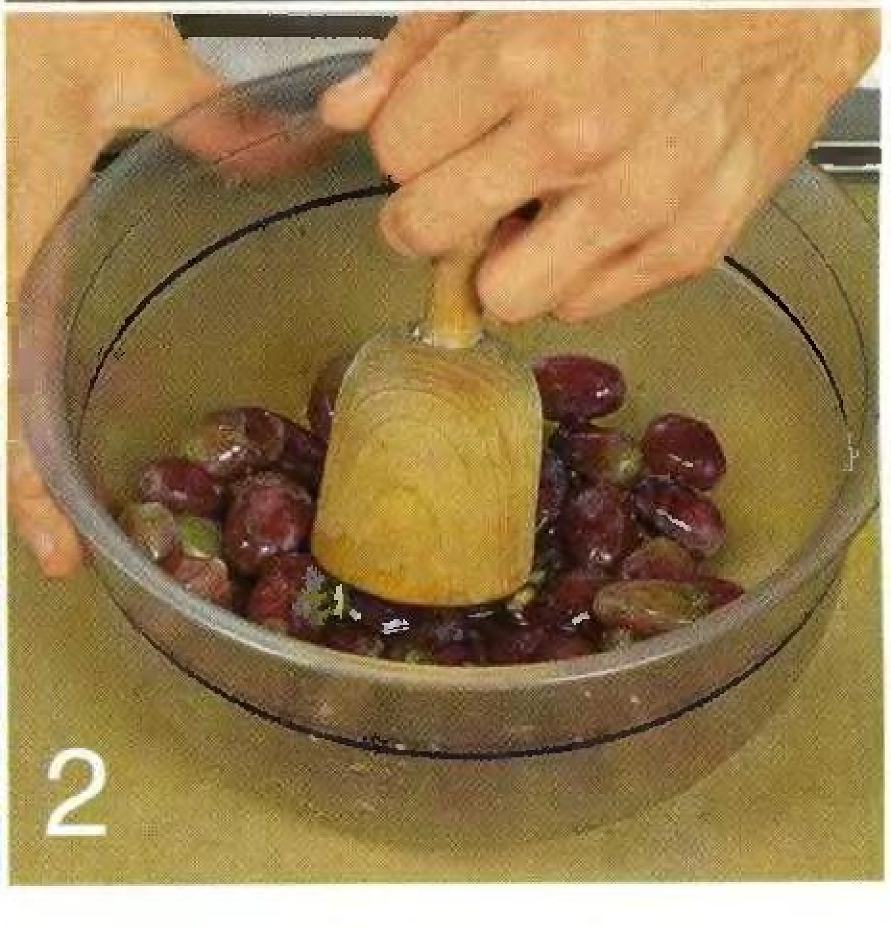
1 кг	зеленого винограда
1	лимон
2	яблока
200 мл	сухого хереса
180 мл	воды
400 г	сахара
1 ч. л.	молотой корицы
1 ч. л.	молотого кардамона

Время приготовления: 1 час 20 мин. + 2 часа
Порций: 4
В 1 порции: 378,2 ккал,
белки – 2,0 г, жиры – 0,8 г, углеводы – 70,7 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Яблоки нарезать кусочками. Лимон нарезать дольками. Поместить яблоки и лимон в кастрюлю, влить вино и воду. Добавить корицу и кардамон. Довести до кипения, уменьшить огонь и варить 1 ч.

2 Ягоды винограда слегка размять. Процедить отвар через мелкое сито, вернуть в кастрюлю, добавить ягоды и сахар. Еще раз довести до кипения. Уменьшить огонь и варить 10 мин. Разлить по бокалам, дать остыть и переставить в холодильник минимум на 2 ч.



Мода на натуральность и экологичность, прочно укрепившись на западе, набирает обороты в России. И речь уже не только о стиле в одежде и макияже. В моде натуральность вкуса!
В нашей стране среди пионеров эко-моды выступает бренд «Майский», предлагающий новую фруктово-травяную коллекцию только из натуральных ингредиентов. Десять блендов на основе чая, ароматных трав, фруктов и ягод. Никаких искусственных ароматизаторов и красителей! Но самое главное – «Майский» предложил потрясающую вкусовую гамму, настоящий цветочно-фруктовый фейерверк! Это тот случай, когда вкусное оказалось не только полезно, но и модно.

Товар сертифицирован

Реклама

маринованные грибы

ЧТО НУЖНО:

5 кг грибов
1 л белого винного уксуса
7 средних луковиц
2 ч. л. душистого перца горошком
8–10 лавровых листьев
1/2 ч. л. молотой корицы
1/2 ч. л. гвоздики
по 10 ч. л. соли и сахара

Время приготовления: 1 час 10 мин.
Объем: 6 л

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грибы почистить, промыть и разрезать на одинаковые кусочки. Отварить в слегка подсоленной воде, приблизительно 20 мин. с момента закипания. Слить воду, накрыть грибы деревянным кружком, сверху положить гнет. Дать грибам постоять 30 мин., затем откинуть их на дуршлаг и дать воде стечь.

2 Приготовить маринад: в 1,5 л горячей воды растворить сахар и соль, добавить пряности и мелко нарезанный лук. Довести до кипения. В кипящий маринад положить грибы и варить 5–6 мин. Влить уксус, довести до кипения. Горячие грибы разложить в подготовленные стерилизованные банки и залить горячим маринадом, в котором они варились. Банки герметично закрыть, остудить при комнатной температуре. Хранить в прохладном месте. Грибы будут готовы через 8–12 дней.

КСТАТИ

Тем, кто любит делать вкусные запасы на зиму, будет интересно узнать, что вышла новая книга «Гастронома» «Про заготовки». В ней вы найдете не только традиционные, но и новые, уникальные рецепты консервирования.

1

2

тыквенный конфитюр с мандаринами

ЧТО НУЖНО:

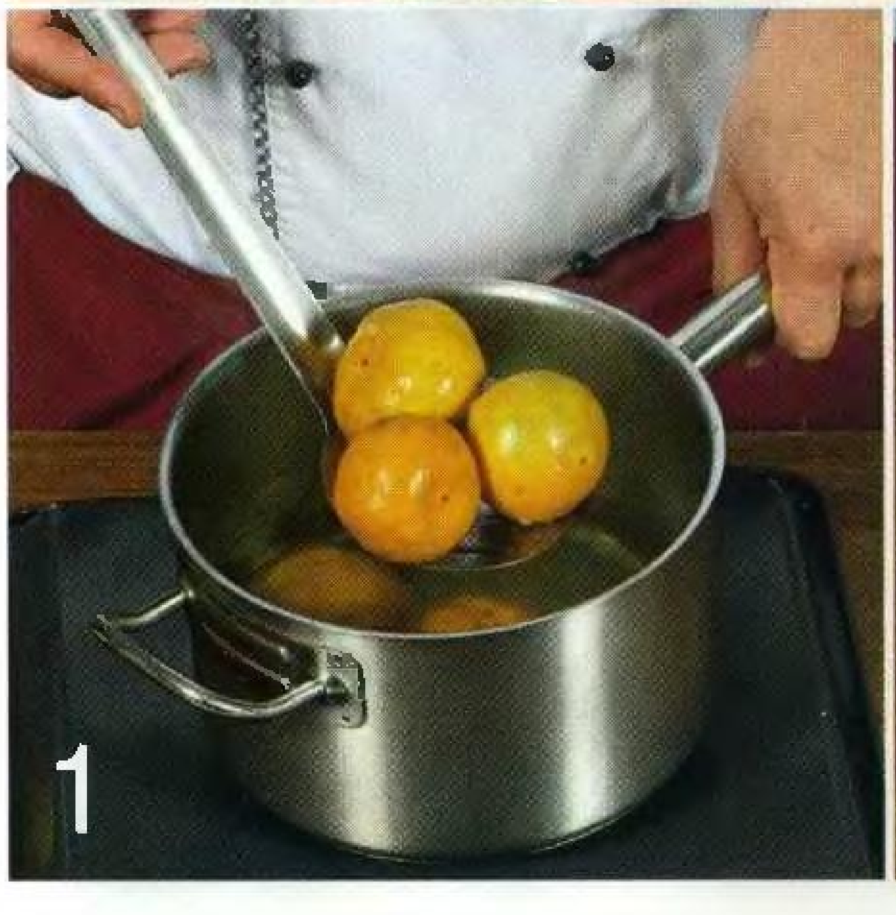
1 кг	мякоти тыквы
500 г	мандаринов
4	лимона
4 см	свежего корня имбиря
1 кг	коричневого сахара
•	щепотка семян кардамона
1,5 ст. л.	топленого масла

Время подготовки: 8–12 часов
Время приготовления: 3 часа
Объем: 4 л

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Тыкву нарезать крупными кубиками. Сложить в миску, добавить очищенный и мелко порубленный имбирь, натертую цедру 1 лимона и четвертую часть всего количества сахара. Накрыть крышкой и дать настояться 8–12 ч.
В кастрюлю налить 2 л воды, опустить в нее целые неочищенные мандарины и довести до кипения. Варить на слабом огне 1 ч. Охладить, порезать мандарины дольками и удалить косточки. Мандариновый отвар отставить.

2 Из лимонов выжать сок. Оставшиеся лимонные корки нарезать и положить в мандариновый отвар. Довести до кипения, накрыть и варить на медленном огне 30 мин. Снять крышку, варить еще 15 мин. Готовый отвар процедить через мелкое сито. Получившуюся жидкость перелить в чистую кастрюлю.
Добавить лимонный сок, мандарины и тыквенную мякоть. Довести до кипения, положить кардамон и варить на медленном огне 30 мин. Растворить в получившейся массе оставшийся сахар и варить конфитюр до загустения. Добавить масло. Перелить готовый конфитюр в стерилизованные банки и сразу же герметично закрыть их.



1

2

следующий номер выйдет 29 сентября

где купить

• **«Меридиан»**
Сети супермаркетов «Ашан», «Алые паруса», «Вестер», «Дэйли Фудс»,

• **«Мистраль»**
во всех крупных супермаркетах
www.tkmistral.ru

• **ТЦ «Стокманн»**
ТК «МЕГА-Теплый Стан», 41-й км МКАД,
тел. (495) 974-01-22;

тел. (495) 974-01-22
ТК «МЕГА-Белая Дача», 14-й км МКАД,
тел. (495) 974-01-22

http://www.kodges.ru

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№ 18(116), сентябрь 2008
выходит 2 раза в месяц

Издатель: ООО «Бонниер Пабликейшенз»

Адрес редакции: 125993, Москва, Волоколамское ш., д. 2,
тел./факс: (495) 725-1070,
e-mail: mail@phbp.ru
www.gastronom.ru
www.gastromag.ru

Президент Наталья Чернышева
Генеральный директор Елена Трухина
Шеф-редактор Андрей Захарин

РЕДАКЦИЯ:
координатор проекта Ирина Мосолова
главный художник Ирина Пещенко
отв. секретарь Ольга Пахтусова
руководитель фотослужбы Екатерина Овсепян
фотограф Вадим Жадько
бильдредактор Сергей Ткаченко
дизайнеры-верстальщики Максим Новрузов, Сергей Ткаченко
редакторы Александр Ильин, Алла Сергеева, Анна Туревская
веб-редакторы Екатерина Гурова, Юлия Товбина
корректоры Лилия Дунаева, Любовь Никифорова
повар-консультант Константин Жук

Исполнительный директор Ольга Ткалич

Отдел рекламы:
директор по рекламе Марина Мамина,
заместитель директора Жанна Русакова,
Светлана Ардаева,
Ольга Козырева,
Елена Кузьмичева,
Елена Матвеева,
тел.: (495) 725-1071

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Вы можете подписаться на наши издания с любого месяца в течение 2008 года. Оформив подписку до 15-го числа текущего месяца, вы сможете получать журнал со следующего месяца. Минимальный срок подписки - 1 месяц.

Для оформления редакционной подписки

1 • Заполните платежный документ и оплатите его через любое отделение Сбербанка
2 • Разборчиво укажите фамилию, адрес (с почтовым индексом) и телефон подписчика
3 • В графе «кол-во месяцев» напротив выбранного журнала(ов) укажите количество месяцев
4 • В графе «сумма» укажите общую сумму за нужное количество журналов
5 • Отправьте копию оплаченной квитанции по факсу: (495) 725-1070 (доб. 5108), по адресу: 125993, Москва, Волоколамское ш., д. 2, или e-mail: podpiska@phbp.ru

** Отправка журналов осуществляется заказной бандеролью в течение трех дней с момента выхода журнала. Стоимость доставки включена в стоимость журнала*
** Доставка курьером (только по Москве) осуществляется до почтового ящика в течение 7 дней*
** В цену подписки не включена комиссия Сбербанка*
** Стоимость доставки включена в стоимость журнала*

• **На наших сайтах** www.gastromag.ru, www.sadovnikmag.ru, www.handmade.idvz.ru вы можете оформить редакционную подписку на наши журналы, а также заказать уже вышедшие номера. Отправка предыдущих номеров осуществляется заказной бандеролью наложенным платежом в течение месяца с момента подачи заявки.
• **Подписка для юридических лиц** оформляется на основании заявки и своевременной оплаты выставленного счета. Оформить заявку вы можете через сайт www.gastromag.ru, www.sadovnikmag.ru, www.handmade.idvz.ru, e-mail: podpiska@phbp.ru
• **Подписка на журналы в других странах:**
Перечислите на наш валютный счет необходимую сумму в долларах США.
Beneficiary: GLOBEXBANK, Moscow, Russia Acc. 40702840700810120661
Intermediary bank: Deutsche Bank Trust Company Americas, New York, USA
SWIFT CODE: BKTRUS33, Beneficiary's bank: corr. acc. 04-416-257, GLOBEXBANK, Moscow, Russia
LLC «Bonnier Publications» Vasiliy Petushkova Street, 8, Moscow, 125476, Russia
** Возможна оплата через Сбербанк в рублях по курсу на день оплаты*

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 2-е полугодие 2008 года – 480 руб. Стоимость подписки на 1 месяц – 80 руб. Для Белоруссии и Эстонии – $6,3. Для остальных стран – $9,6.

ГАСТРОНОМЪ
журнал для тех, кто ест

Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость подписки на 2-е полугодие 2008 года – 480 руб. Стоимость подписки на 1 месяц – 80 руб. Для Белоруссии и Эстонии – $8,3. Для остальных стран – $11.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 2-е полугодие 2008 года – 480 руб. Стоимость подписки на 1 месяц – 80 руб. Для Белоруссии и Эстонии – $6,3. Для остальных стран – $9,6.

Ручная Работа

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 2-е полугодие 2008 года – 480 руб. Стоимость подписки на 1 месяц – 80 руб. Для Белоруссии и Эстонии – $6,3. Для остальных стран – $9,6.

садовник

Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость подписки на 2-е полугодие 2008 года – 300 руб. Стоимость подписки на 1 месяц – 50 руб. Для Белоруссии и Эстонии – $5,6. Для остальных стран – $7,8.

• **Подписка на журналы в любом отделении связи или через подписные агентства:**

1. Объединенный каталог «Пресса России» и Каталог Агентства «Роспечать»
Подписные индексы:
Гастрономъ – 44140, 44141
Школа гастронома – 83273, 84584
Коллекция рецептов – 45732, 36979
Садовник – 46505, 20218
Ручная работа – 18131, 18546

2. Каталог российской прессы ПОЧТА РОССИИ
Подписные индексы:
Гастрономъ – 12598, 99378
Школа гастронома – 12599, 11308
Коллекция рецептов – 24651, 79159
Садовник – 63427, 24324
Ручная работа – 12439, 24323

3. Интер-Почта-2003
тел.: (495) 500-0060 (Москва), (495) 953-9262 (ближнее и дальнее зарубежье)

4. Вся пресса, тел.: (495) 787-3445

5. ИЧУП «РЭМ-Инфо»: каталог «Белпочта», г. Минск, тел.: (017) 291-9891
Подписные индексы:
Гастрономъ – 44141
Школа гастронома – 81158
Коллекция рецептов – 36979
Садовник – 46345
Ручная работа – 00142

6. Подписное агентство KSS, г. Киев, тел.: (044) 270-6220, 270-6222, 464-0220

7. Урал-Пресс, г. Екатеринбург, тел.: (495) 214-5162, (3432) 75-6274

Извещение

Получатель платежа: ООО «Бонниер Пабликейшенз»
ИНН 7733656928 КПП 773301001

Корр. сч. 3010 1810 0000 0000 0243 БИК 044525243
Расч. сч. 4070 2810 5008 1002 0661 в ЗАО «Глобэксбанк» г.Москва

Ф.И.О. ____________________
Адрес ____________________
____________________ Тел.: ____________________

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

Итого к оплате ____________________
Доставка: ☐ курьер ☐ зак. бандероль
С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен Плательщик

Кассир

Извещение

Получатель платежа: ООО «Бонниер Пабликейшенз»
ИНН 7733656928 КПП 773301001

Корр. сч. 3010 1810 0000 0000 0243 БИК 044525243
Расч. сч. 4070 2810 5008 1002 0661 в ЗАО «Глобэксбанк» г.Москва

Ф.И.О. ____________________
Адрес ____________________
____________________ Тел.: ____________________

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

Итого к оплате ____________________
Доставка: ☐ курьер ☐ зак. бандероль
С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен Плательщик

Кассир

МАРКА №1 В РОССИИ
Первая премия БРЭНД ГОДА/EFFIE 2007
БАРЬЕР
ФИЛЬТРЫ ДЛЯ ОЧИСТКИ ВОДЫ
Чистая вода - основа здорового питания!
В воде из-под крана содержатся невидимые глазу загрязнения – хлор и хлорорганика, тяжелые металлы, нефтепродукты, пестициды. Постоянное употребление воды с такими примесями может серьезно ухудшить здоровье.
Фильтры БАРЬЕР эффективно очищают воду от основных загрязнений, делая ее безопасной для питья и приготовления пищи.
Телефон горячей линии БАРЬЕР: 8-800-100-100-7
www.barrier.ru
Реклама

Файл взят с сайта
www.kodges.ru,
на котором есть еще
много интересной
литературы